

دانا کا دستور خوان

2014

جولائی

WWW.PAKSOCIETY.COM

رمضان اور عید
اسپیشل

رمضان اور عید کے دلچسپ مضامین 45 ریسیپیز کے ساتھ!

میگزین کے انڈر سٹرڈ پیکیج
بالکل مفت پائیں!

BAKE
PARLOR

سبھی کھاتے ہیں

رمضان ریسیورنٹ

Ramadan Special

Issue No. 5

شاپنگ لسٹ

- برقی لکے سینے کا گوشت بغیر بڑی کا (کتاب کی اصل سے 300 گرام)
- لیسن پیسٹ
- ایک چائے کا چمچ
- ایک چائے کا چمچ
- 4:3 عدد
- ایک عدد
- 3 عدد
- آدھا کپ
- ایک عدد
- 2 عدد
- 01 پیسٹ

پاستہ کباب



۱۔ بیک پارلر پاستا کو نمک ملے اٹلتے پانی میں پانچ منٹ تک اتنا ابالیں کہ اس میں ایک کئی رہ جائے چھلنی سے گرم پانی گرا کر ٹھنڈا پانی گزار دیں اور ایک کھانے کا چمچ تیل ملا کر ایک طرف رکھ دیں۔

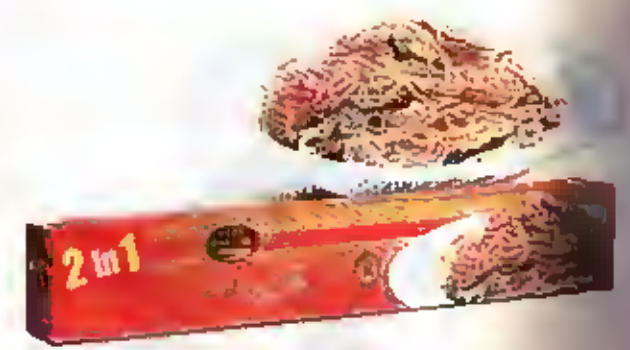
۲۔ ایک پین میں پانچ چمچ تیل ڈال کر لہسن، اورک اور پیاز شامل کر کے دو منٹ تک درمیانی آگ پر فرائی کریں۔ اب مرغی کا گوشت بیک پارلر مصالحہ شامل کر کے ایک منٹ تک فرائی کریں۔ دو کپ پانی شامل کر کے ابال آنے تک پکائیں اسکے بعد درمیانی آگ پر مزید 15 منٹ تک پکائیں۔ اب ڈھکنا ہٹا کر تیز آگ پر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔

۳۔ ڈبل روٹی کے سلاکس، پکی ہوئی مرغی، گاجر، ہری پیاز اور ہری مرچ ایک چار میں ڈال کر باریک قیمہ بنالیں۔ اب پاستا کو اس کچھر میں اچھی طرح سے مکس کر لیں۔

۴۔ تیار شدہ قیمے سے چھوٹی چھوٹی گول نکلیاں بنالیں۔ فرائی پین میں تیل گرم کر کے کبابوں کو دونوں طرف سے فرائی کر لیں۔ بیک پارلر باری کیو ساس کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔

نوٹ: اگر آپ یہ ڈش گائے کے گوشت سے بنانا چاہتے ہوں تو انڈر کٹ کا گوشت استعمال کریں اور ڈبے پر دی گئی ہدایات کے مطابق ترکیب پر عمل کریں۔

چکن چاؤ من



۱۔ بیک پارلر ایکسپریس کو نمک ملے اٹلتے پانی میں پانچ سے سات منٹ تک اتنا ابالیں کہ اس میں ایک کئی رہ جائے۔ چھلنی سے گرم پانی گرا کر ٹھنڈا پانی گزار دیں اور ایک کھانے کا چمچ تیل ملا کر ایک طرف رکھ دیں۔

۲۔ فرائی پین میں باقی تیل ڈال کر درمیانی آگ پر گرم کریں۔ لہسن اور اورک شامل کر کے ایک منٹ تک فرائی کریں۔

۳۔ اب مرغی کا گوشت شامل کر کے دو منٹ تک فرائی کریں۔ اب تمام سبزیاں اور بیک پارلر مصالحہ شامل کریں اور مزید ایک منٹ تک پکائیں۔ پاستا ملا کر فولڈ کریں اور گرم گرم پیش کریں۔

شاپنگ لسٹ

- چکن بغیر بڑی کا 300 گرام
- بند کچی 01 کپ
- گاجر چھوٹی 01 عدد
- پیاز 01 عدد
- کھانے کا تیل 05 کھانے کے چمچ
- لیسن پیسٹ 01 کھانے کا چمچ
- اورک 01 کھانے کا چمچ
- نمک 01 کھانے کا چمچ

20
Recipes
to delight your
taste buds

موسم کے مزے

اس بار رمضان گرمیوں میں آئے ہیں۔ ویسے تو موسم کوئی بھی ہولال شربت کے بغیر افطار نامکمل ہے مگر گرمیوں میں اس مقبول مشروب کو بنائیں اور بھی زیادہ فرحت بخش۔

بادامی جام مشرق

ایک جگ میں ۳ گلاس دودھ اور ۱۲ چمچ جام مشرق ملائیں اب اس میں ۱۰ سے ۱۵ گٹرے بادام، زعفران اور ۱۰ سے ۱۵ پستے کوٹ کر ملائیں۔ ایک گلاس کھلا ہوا برف ملا کر افطاری پر پیش کریں۔



hansonfoods.com.pk

?

بچے ہونے پاستا کو کسی کام لایا جاسکتا ہے؟
بچے ہوئے پاستا کو آپ لاک میں فریز کر دیں اور جب بھی اچھی ہار اپنا پھندہ
سوپ بنائیں تو اس میں ضرور کر کے 5 منٹ پہلے پاستا ڈال کر سوپ کا ایک
نیا مزہ دیں۔
اپنے پاس سے متعلق سوالوں کو consumers@bakeparlor.com پر بھیجیں۔

آپ کا سوال

فہرست



رمضان ریسیپس

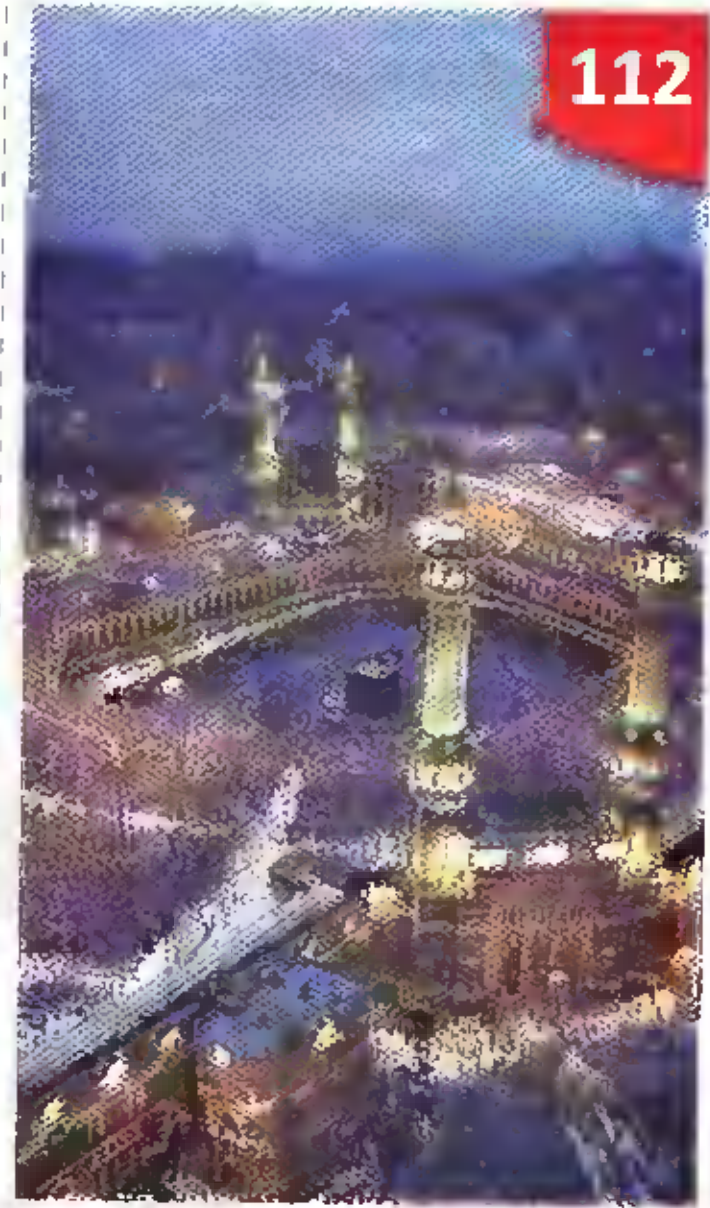
- 29 کتابی
- 30 مصالحہ فرائی کچی
- 31 ملائی راجما
- 32 عزبک کباب
- 33 سوکھا چکن
- 34 چٹنی چیز سوے
- 35 کرہی فرائیڈ بینگن
- 36 کرہی بینز اور فروٹ چاٹ
- 37 چکن رول اور پنّا
- 38 میکرونی چاٹ
- 39 جھینگے والے آلو بوٹے
- 42 چکن برینڈ بکوزا - پیئر بکوزے
- 43 مشروبات رمضان
- 44 اسپاٹی الیکٹریک - تھے والے نمک پارے
- 45 اسٹفڈ منس رولز
- 46 آلو بوٹے فرائیڈ سینڈویچ
- 47 اسٹیک بین کیک
- 48 کھڑا فرائیڈ چکن
- 49 کالے پنے کا پلاؤ
- 50 میگو مال پورہ
- 51 فریش فروٹ ٹیسٹ
- 52 ڈش بالز

کھانہ صحت آخرا

- 86 کچھ مقدس غذائیں
- 88 شکافنی



ریخ زیبا



رمضان اور عید اسپیشل

- 14 مرحبا، صدمرحبا
- 15 استقبال رمضان
- 17 رمضان اور عید ڈاننگ
- 18 رمضان میں لائیں آسانیاں
- 19 روزہ کشائی
- 24 یہی ہے گھڑاپے کے امتحان
- 26 افطار پارٹی
- 54 عید مبارک
- 56 ماہ رمضان اور عید کا اہتمام
- 57 چھٹکی چوڑیاں من بھانا زیور
- 58 گریوں میں عید منائیں کیسے؟
- 60 مہندی رچائی جائے

مستقل سلسلہ

12	اداریہ
13	آپ کی رائے
110	شہر نامہ
112	زیارت
114	افسانہ
116	ریویوز
118	ستاروں کی محفل

صحت عامہ

96	دوران حمل روزہ؟
98	نمکین اسپا

باغبانی

106	سبزیاں لگائیں
-----	---------------

گھرداری

108	برائیک
-----	--------

پہ شیف ہمارے

80	شیف مہدی
82	شمینہ عبدالواحد

کشیہ کاری

94	زردوزی
----	--------



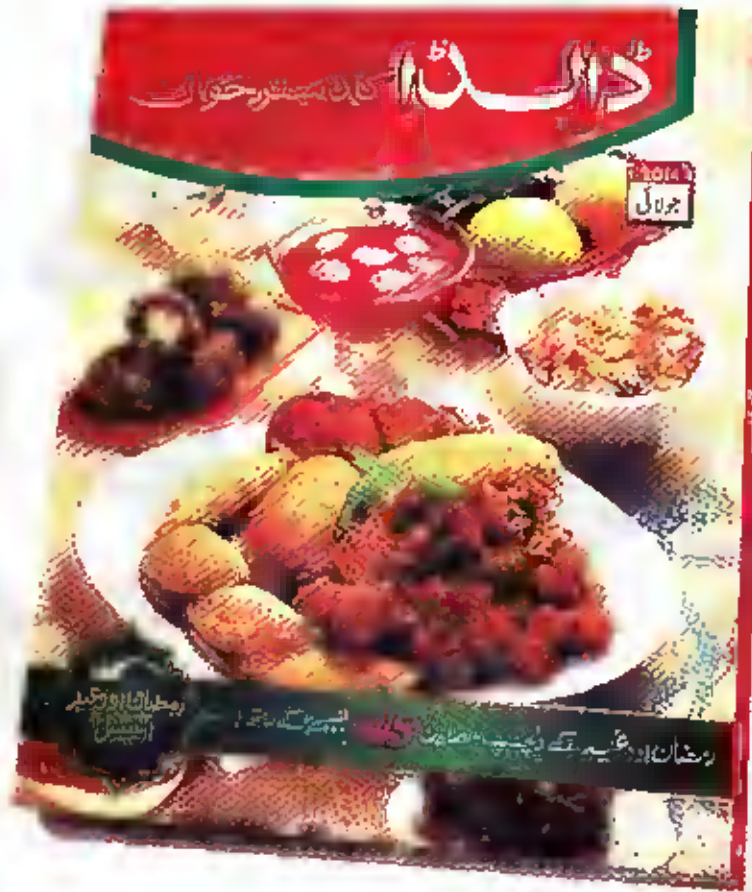
عمید ریسنپیز

63	کری میوین
64	چکن کیفٹریل
65	عربک بیک چکن
66	منن اکبری
67	مرغ شالیمار
68	میکرونی پارسلو
69	پوٹو جیزر
70	فرانیڈ اور بیکڈ سموسے
71	چکن پالک پیپرز
72	عربک فیتا
73	سادہ پلاؤ اور ٹماٹر کی چٹنی
74	چکن شعاع
75	فامس فورم
76	بادشاہی
77	چیزز
78	کاک ٹیل فرنی



اداریہ

قیمت 160 روپے شمارہ نمبر 41، جولائی 2014



معزز قارئین! السلام علیکم

یوں تو ڈالدا ایڈوائزری سروس سارا سال ہی ڈالدا کا دسترخوان کی تیاری پوری جانفشانی سے مصروف عمل رہتی ہے، لیکن کچھ شاعرے خاص توجہ چاہتے ہیں جن میں سرفہرست رمضان المبارک اور عید کا شمار ہوتا ہے۔ اور اس مرتبہ خاص بات یہ ہے کہ اسلامی کیلنڈر کی ترتیب کی وجہ سے یہ دونوں مہینے ماہ جولائی میں ہی آ رہے ہیں تو زیر نظر شمارہ ان دونوں کو مد نظر رکھتے ہوئے ترتیب دیا گیا ہے۔ یہ شمارہ چونکہ خصوصی ہے اس لئے اس کے نہ صرف صفحات بلکہ اس میں شامل تراکیب اور آرٹیکلز کی تعداد بھی زیادہ رکھی گئی ہے تاکہ آپ اس سے دونوں تہواروں پر مستفید ہو سکیں۔ کہنے کو تو ہم رمضان المبارک میں سارا مہینہ روزے سے ہوتے ہیں لیکن اگر آپ غور کریں تو گھر کا بجٹ عام مہینوں کے مقابلے میں بڑھا ہوا ہوتا ہے اور اپنے آپ کو رعایت دیتے ہوئے ہم ہر اچھی چیز کا خود کو مستحق قرار دیتے ہیں، ہاں بھی سارا دن تو روزے سے تھے، لیکن ڈالدا کو ہمیشہ رہتا ہے آپ کی صحت کا خیال اور اسی لئے اس ماہ کی مخصوص چٹنی تراکیب کو ڈالدا نے آپ کے لئے صحت بخش طریقے سے بنا کر پیش کیا ہے۔ تاکہ ذائقے کے ساتھ ساتھ آپ پر ہیں صحت مند۔

اور ڈالدا ایڈوائزری سروس نے آپ کی عید کو بھی اپنے آرٹیکلز اور تراکیب کے ساتھ بھرپور طریقے سے منانے کا اہتمام کیا ہے۔ تاکہ آپ کے سحر و افطار کے دسترخوان کے علاوہ آپ کی عید مرانی بھی آپ کی چٹکتی وکٹ شخصیت کے ساتھ ڈالدا کے کھانوں سے مہکتی رہے۔

رمضان المبارک کی باسعادت گھڑیاں قریب آ چکی ہیں، تو آئیے ان کا استقبال اچھی صحت اور خوشدلی سے کریں۔ روزہ بدنی طہارت ہے تو نماز و تراویح کے اہتمام خاندانوں میں رفاقت کا احساس دو چند کرتے ہیں اور روح کی تازگی کا ذریعہ بنتے ہیں۔ اچھے اور صحت بخش کھانوں کی تیاری کے ساتھ ساتھ اپنی عبادتوں کا بھی خاص خیال رکھیں اور ہمیشہ کی طرح ڈالدا ایڈوائزری سروس کو بھی اپنی دعاؤں میں یاد رکھئے۔



ڈالدا ایڈوائزری سروس
ہمیشہ کی طرح آپ کے ہم قدم

سورق اظہار پلیٹ

پبلشر
ڈالدا فوڈز (پرائیویٹ) لمیٹڈ

ایڈیٹر
شاہین ملک

کری ایٹو اینڈ پرنٹنگ
عمران فاروق

خط و کتابت کا پتہ:

REVELATION INC.

2nd-210 فلور، کلفٹن سینٹر، خیابان رومی،

بلاک نمبر 5، کلفٹن، کراچی (75600)

ای۔میل: dkd@revelationinc.co

فون نمبر: 021-35304425-6

فیکس: 021-35304427

ایڈووکیٹ
سورق اظہار پلیٹ

0323-2395990

ڈسٹری بیوٹن
شیخ مشتاق احمد

0300-2275193

انتباہ: ماہنامہ ڈالدا کا دسترخوان میں شائع ہونے والی تمام تحریروں کے جملہ حقوق اشاعت بحق پبلشر محفوظ ہیں۔ چٹنی، تراکیب اور آرٹیکلز کے بغیر ڈالدا کا دسترخوان میں شائع ہونے والی کسی تحریر یا اس کے کسی حصے کو نہ تو شائع کیا جاسکتا ہے اور نہ ہی کسی اور شکل میں پیش کیا جاسکتا ہے۔ خلاف ورزی کی صورت میں ادارہ قانونی کارروائی کا حق رکھتا ہے۔ ڈالدا کا دسترخوان جناب اسامہ محمود خان غوری (پبلشر) نے نورانی پرنٹنگ اینڈ پبلیشنگ انڈسٹری سے چھپوا کر شائع کیا۔

ایک رات

ذالذاکادسترخوان ہر ماہ روایت کا تسلسل لئے حاضر ہوتا ہے۔ ذالذاکادسترخوانی کا اپنے قارئین سے یہ رشتہ فون، ای میل اور خطوط کے ذریعے استوار ہوتا ہے۔ اس ضمن میں ہمیں اس ماہ کے جریدے سے متعلق آپ کی قیمتی آراء اور مشورے ملتے رہتے ہیں، مثلاً

کشیہ کاری... نئے نئے جج گئے
ہم ذالذاکادسترخوان عہدہ اور ذالذاکادسترخوان کی ترکیب کے لئے خریدتے ہیں اور بونس میں ہمیں ادب جال، کھرداری، ٹپس، کھانے صحت کے خزانے، رنگ زیا اور پھلوں کی افادیت سے تعلق رکھنے والے مضامین پڑھنے کو ملتے ہیں اس بار ڈک آرٹ بہت عمدہ، مختلف اور اچھی تحریر تھی۔ اس نوعیت کے مضامین آئندہ بھی دیتی رہیں۔
ہا الطیف... راز پشوری

نئی باتوں کا پتا چلتا ہے۔
آمنہ خورشید... عرکوت

کھانوں کی لغت غضب کی ہے

اس لغت میں اچھا لگا کما آپ نے بادام سے لے کر عطران، سوچی، مغزیات، بیج اور کشمش کی غذائی افادیت اور شب برأت کی ثقافت کو مد نظر رکھا۔ کھانوں کی ترکیب میں ہانڈی، پسندے بہت اچھے لگے۔
شازیہ تبسم... ملتان

ذالذاکادسترخوانی سروس کی رہنمائی بہت ضروری ہے

چھوٹی چھوٹی الجھنوں اور باتوں کو جو ہمارے ذہن سے بھڑک جاتی ہیں ان کی معلومات کے لئے ذالذاکادسترخوانی سروس کی رہنمائی بہت ضروری ہوتی ہے۔ اسی لئے ہم کبھی پرانا شمارہ ضائع نہیں کرتے۔ گزشتہ شمارے میں اس نکتے میں چھپی ہے تندرستی بہت اچھا معلوماتی مضمون تھا اسی طرح مفید غذائیں صحت کی کنجیاں بھی دلچسپ اور معلوماتی مضمون ہے، مضمون نگار رنگ ہماری مبارک باد ضرور پہنچادیں۔
ماریہ وحید... کوئٹہ

سارہ ریاض مرحومہ کو خراج عقیدت

آپ نے ہماری پسندیدہ شیف کی رحلت پر اظہار تضرع کیا بہت بھلا لگا اللہ انہیں اپنے جوار رحمت میں جگہ دے۔ محترمہ شریں انور اور ثمنہ جلیل کے تاثرات بھلے لگے۔ اپنے سینئر اور دوستوں کو بعد از مرگ یاد رکھنا اور اچھے الفاظ میں یاد کرنا بھی کسی نیکی سے کم نہیں۔
حجاب طاہرہ... اسلام آباد

گرمیوں کی چھٹیاں بھی اچھی گزریں گی

میں لاہور میں رہتی ہوں اور بہت پر تجسس تھی کہ کیا لاہور میں کہیں اچھا سمر کیب کہیں ہوتا ہے یا نہیں۔ ذالذاکادسترخوان نے یہ مشکل حل کر دی اور اب میں نے گلبرگ لاہور کے مذکورہ ادارے سے رابطہ کر لیا ہے۔ آپ کا بہت بہت شکریہ کہ یہ معلوماتی مضمون بروقت شائع کیا۔
عالیہ بشیر... لاہور

”ضروری بات“

ہمیں ہر ماہ محترم قارئین کی آراء مشورے اور کوششیں ملنے لگے ہیں۔ ایک اور پس کثیر تعداد میں مضمون ہوتے ہیں ان سب کے لئے ہم آپ کے تہہ دل سے مشکور ہیں۔
(ادارہ)



جون کا شمارہ دلچسپ تھا

دلچسپ اس لئے کہ رہی ہوں کہ بچوں نے سمجھا کہ جیسے یہ ان ہی کے لئے شائع کیا گیا ہے۔ گرمیوں کی چھٹیاں شروع ہیں۔ بچوں کی تصاویر اور مصروفیات کی رپورٹ اچھی لگی۔ آئی فون، آئی پیڈ سکھائیں گے نماز اور وضو کا صحیح طریقہ اچھا لگا۔
لکٹی وحید... حیدرآباد

آم کا چار ڈالنا آ گیا

ہمارا خیال تھا کہ آپ آم پر بہت اچھا مضمون شائع کریں گی۔ مضمون تو اچھا ہی تھا مگر ہماری توجہ آم کے اچار پر مرکوز رہی اور اپنی غلطیاں سدھارنے کا موقع مل گیا۔ خیر کے بارے میں اتنی معلومات ہمیں نہیں تھی اب پتا چلا کہ یہ تو پروائیونک سپلیمنٹ ہوتا ہے۔
صائمہ بشیر... ٹنڈوالہیار

پردے کی جدید ثقافت بھاگنی

فرنیچر کے پردے اور عباہ کی ڈیزائننگ پر بہت اچھا اور مختلف مضمون پڑھنے کو، رنگ زیبائے مضامین پہلے سے بے حد معیاری ہو گئے ہیں اور ان بات یہ ہے کہ آپ مازن طرز کی نئی چیزیں متعارف کروا رہے ہیں۔ ہر اشارہ آدم فیملی ہے بڑا ضروری اور آپ کے پرس میں کیا رکھا ہے؟ کی طرف ہے۔ ایسے مضامین میں آئندہ بھی لکھی رہیں۔ انہیں پڑھ کر

گھرواری کے مضامین رنگارنگ تھے

گھرواری کے حوالے سے چاندی کے برتنوں اور زیور پر اچھا مضمون پڑھنے کو ملتا اور تصاویر بھی اچھی لگیں۔ بچوں کی ریاست میں داخل ہونا چاہا تو کوئی روک ٹوک نہ تھی۔ آپ نے تو چامیلڈ پروف فرنیچر کے اچھوتے زاد بچے کو خوبصورتی سے رقم کیا۔ اسی طرح ہمارے بچوں نے چیز پوٹیٹو ٹائرس اور رول آپس کو بہت پسند کیا ہے۔ آپ کا بے حد شکریہ کہ ہمیں لچ بکس کی دو عمدہ ریسیپٹیں مل گئیں۔
ثمینہ واجد... لاہور



مرحبا، صد مرحبا آمد رمضان ہے

ٹیکنالوجی کی یہ ایپس دنیاوی امور کے ساتھ ساتھ نیکیاں کمانے کا ذریعہ بھی ہیں۔ ٹیبلٹ اور اسمارٹ فونز سے دنیا فنگر نہیں پر منتقل ہو گئی ہے۔ اسمارٹ فونز اور ٹیبلٹ کمپیوٹرز کے لئے ڈیزائنڈ ایپلی کیشنز دنیا سے ہمیں باخبر رکھنے کا اہم ذریعہ بن گئی ہیں۔ شروع میں اسمارٹ فونز ایک مخصوص طبقے تک محدود تھے مگر اب مناسب دامنوں میں دستیابی نے ہم سب کے لئے سہولتیں مہیا کر دی ہیں۔

ناراض لوگوں کو منایا، نماز تراویح ادا کی وغیرہ وغیرہ۔

رمضان دعائیں (Ramadan Duas)

اس سادہ سی ایپ میں دعائے سحر و افطار، دعائے تراویح، پہلے، دوسرے اور تیسرے عشرے کی دعائیں ہیں، اس ایپ میں بہت کم بیٹری استعمال ہوتی ہے۔

اسلام ان سائڈ (Islam Inside)

یہ معلوماتی ایپ ہے۔ استعمال کرنے والوں میں مقبول بھی ہے۔ اس میں بنیادی ارکان نماز، روزہ، زکوٰۃ، حج اور جہاد کے بارے میں آگاہی فراہم کی گئی ہے۔ اس ایپ میں چھ، کلمے، نماز کی اہمیت، نماز پڑھنے کا طریقہ، اور دیگر فطری نمازیں مثلاً چاشت، اشراق، تہجد، توبہ و حاجات اور نماز عیدین پڑھنے کا طریقہ بھی بتایا گیا ہے اور ساتھ ہی ساتھ امتحانات کی دعا، گھر میں داخل ہونے کی دعا، کھانے کھاتے وقت کی اور بعد کی دعا بھی موجود ہے۔ یہ فری ایپ اینڈ رائیڈ فونز پر دستیاب ہے۔

رمضان ہیلتھ ٹیپس

(Ramadan Health & Nutrition Guide)

اس پیڈ ایپ میں روزوں کی احتیاطی تدابیر کے علاوہ روزے کے جسمانی و روحانی فوائد سے بھی آگاہ کیا گیا ہے۔ اس ایپ میں روزے کی طبی معلومات، جسم میں رونما ہونے والی تبدیلیوں، پانی کی کمی پورا کرنے کے لئے مفید غذاؤں اور مشروبات طبی خواص، زکوٰۃ کیلکولیٹر اور مختلف مکاتب فکر کی تعلیمات کے حوالے سے معلومات دستیاب ہیں جن سے آپ کو صحت و خیرات دینے کی معلومات بھی مہیا ہو سکی۔

آئی قرآن (I-Quran)

رمضان المبارک میں قرآن کا مطالعہ کرنا بہت ضروری اور لازمی امر ہے اور اگر آپ کے پاس آئی قرآن جیسی ایپ ہے تو کسی بھی جگہ اور ٹھکانے سے وقت میں بھی نہ صرف قرآن مجید بلکہ ترجمہ بھی پڑھا جاسکتا ہے۔ 35 سے زائد زبانوں میں یہ ترجمہ ایپ میں دستیاب ہے۔ آپ کی مدد کرنے کا یہ اس سے علاوہ ہر شے کے روز سورہ کہف پڑھنے کی یقین دہانی بھی کروائی جاتی ہے۔

اوقات نماز (Prayer Times)

رمضان المبارک میں کسی نئی جگہ پر یا سفر میں سب سے بڑی مشکل یہی ہوتی ہے کہ قبلہ رخ کس طرف ہوگا۔ اس ایپ میں قبلہ کیپاس بھی سہولت مہیا کی ہے تو کیوں نہ اس سے فائدہ اٹھایا جائے۔

مساجد کی تلاش (Mosque Finder)

ہر روزے دار کی خواہش ہوتی ہے کہ جہاں تک ممکن ہو پانچ وقت باجماعت نماز ادا کی جائے۔ ایسے میں اگر کسی نئی جگہ جائیں اور نماز کا وقت بھی ہو تو یقیناً آپ کا پہلا کام یہی ہوگا کہ جلد از جلد کوئی مسجد تلاش کریں تو اس کے لئے بھی ٹیکنالوجی کی مدد حاضر ہے۔ یہ ایپلی کیشن کسی قریبی مسجد تلاش کرنے میں آپ کی مدد کرتا ہے۔

رمضان ٹائمز (Ramadan Times)

متحدہ ایپلی کیشنز میں رمضان کے اوقات کا علم ہو جاتا ہے۔ یہ مقبول ترین ایپس میں شامل ہے۔ اس کے وال پیپر پر لگی الارم آپشن بھی موجود ہیں تاکہ صحیح وقت پر سحری اور افطاری کی جائے۔

میرا حلال کچن (My Halal Kitchen)

رمضان المبارک میں اگر کسی ایپس سے افطار و سحری کے حوالے سے عربی، پاکستانی، ہندوستانی، تھائی، چائینیز اور بری کھانوں کی تراکیب مل جائیں تو بڑی سہولت ہو جاتی ہے۔ یہ ایپ صرف کھانوں کے لئے ڈیزائن کی گئی ہے جن میں رمضان کے حوالے سے انٹرنیشنل ڈشز کی تراکیب موجود ہیں، تمام کے تمام کھانے حلال ہیں اور انشائیو کی بددست سے بہتر طریقے سے سمجھایا گیا ہے۔

Ramadan Achievements

یہ فری اینڈ رائیڈ ایپ رمضان المبارک کے حوالے سے چند بہترین ایپس میں شمار ہوتی ہیں۔ ایپ کی مدد سے روزانہ مختلف کاموں کی یاد دہانی کرائی جاتی ہے جن کے لئے آپ اب ان ماہ مقدس کا اصل حق ادا کر سکیں گے۔ مثلاً اس ایپ کی مدد سے آپ کو یاد دلایا جائے گا کہ آپ نے بڑی کو افطاری کی بلیٹ بھجوائی، کسی دوست کو افطار کرایا یا کھانا کھلایا۔ قرآن پاک پڑھا؟

ذیل میں ہم چند اسلامک ایپس کا حوالہ دے رہے ہیں جن سے کم وقت میں زیادہ سے زیادہ نہ صرف معلومات حاصل ہوتی ہیں بلکہ اجر و ثواب میں بھی اضافہ ہو سکتا ہے۔ رمضان المبارک کا آغاز ہوتے ہی آئی پرے، آئی قرآن، قبلہ ڈائریکشن، کیلنڈر، تحری ڈی، وائرل ٹورز آف کد اور دیگر اسلامک ایپس کی ڈاؤن لوڈنگ کئی مہین تک جا چکی ہے۔ مشرق وسطیٰ کے اخبار گلف نیوز کے مطابق رمضان المبارک میں بہت سے کام موبائل کے ذریعے ہوتے ہیں اور اس میں سب سے آگے جاتے ہیں۔

رمضان کٹ (Ramadan Kit)

اس ایپ میں سیاحت، دعائیں اور رمضان کا کیلنڈر ہوتا ہے۔ پاکستان کے علاوہ دیگر کئی ممالک کے سحر و افطار کے اوقات اس ایپ میں دیکھے جاسکتے ہیں۔ مسنون دعاؤں اور تسبیحات کی بدولت یہ ایپ کافی مفید ہوگی۔ آپ اسے گوگل پلے سے ڈاؤن لوڈ کر سکتے ہیں۔





استقبال رمضان...

یہی وقت ہے بچت کے بونس کا

صدف آصف

روزہ نہ صرف انسانی روح کی غذا ہے بلکہ اس

میں جو دینی اور دنیاوی رموز چھپے ہوئے ہیں وہ صرف نیک نیتی سے روزے رکھنے والے کو ہی حاصل ہو پاتے ہیں۔ روزہ اسلام کا ایسا بنیادی رکن ہے جس کا مقصد بے شمار نعمتیں موجود ہونے کے باوجود اپنے مالک کی رضا کی خاطر ان سے چند نعمتوں کے لیے منہ موڑ لینا، بھوکا پیاسا رہنا اور اپنے نفس کو اللہ تعالیٰ کی حقیقی عبادت کی طرف مائل کرنا ہے۔ قرآن پاک میں ارشاد ہوا ہے کہ ”اگر تم بھوکا تمہارے حق میں اچھا یہی ہے کہ روزے رکھو“ (سورۃ البقرہ)۔

روزہ انسانی نفس، قلب و باطن کو ہر قسم کی آلودگی اور کثافت سے پاک کر دیتا ہے۔ ایک مہینہ کچھ وقت کے لیے کھانا چھوڑ دینے سے نظام انہضام کی ایسی تربیت ہو جاتی ہے جو انسانی جسم کو سال بھر صحت مند رکھنے میں معاون ثابت ہوتی ہے۔ بحالت روزہ انسان کو بھوک اور پیاس کے کرب کا احساس ہوتا ہے۔ اس وجہ سے اس کے دل میں قربانی، ایثار اور ہمدردی کے جذبات پروان چڑھتے ہیں۔ وہ عملی طور پر ان حالات سے گزرتا ہے تو اسے معاشرے سے جڑے مفلوک حال افراد کے دور کا اندازہ ہوتا ہے۔

انسان کے اندر صبر و ضبط اور شہرکی کیفیت بیدار ہو جاتی ہے۔ جو کہ تقویٰ کے لیے ضروری ہے۔

سوال یہ اٹھتا ہے کہ کیا ہم سب روزے کی فضیلتوں سے مکمل طور پر فیض یاب ہو پاتے ہیں؟ اور حقیقت دنیاوی و دینیوں میں الجھ کر اس سے حاصل ہونے والی فائدہ سے فائدہ اٹھانا مشکل یا کم ہو جاتا ہے۔ خاص طور پر خواتین اس ماہ صیام میں قیمتی وقت کا زیادہ حصہ گھر کے کاموں میں اپنی گزار دیتی ہیں۔ پھر انہیں کوئی رشتہ نہیں۔ اگر ایک بہتر حرکت عملی کے تحت اپنی رشتہ بنائی جائے تو وہ سارے کام بھی احسن طریقے سے انجام پائیں گے اور عبادت کے لیے بھی مناسب وقت میسر آجائے گا۔ اس بابرکت مہینے کے شروع ہونے سے چند دن قبل ہی استقبال رمضان کی تیاریاں مکمل کرنی چاہئیں تو وقت کی فاسی بچت ہو جائے گی یوں ماہ صیام کی برکتوں اور رحمتوں سے زیادہ سے زیادہ فیض یاب ہو جاسکتا ہے۔

اکثر گھروں میں خواتین کو اس طرح کے مسائل پیش آتے ہیں کہ اس بابرکت ماہ کا قیمتی وقت زیادہ تر گھر میں بھری اور انفرادی کے لیے کھانا پکانے کی تیاریوں میں صرف راتی ہیں اس وجہ سے تلاوت، ذکر اور دعائے عظیم خواندہ سے محروم رہ جاتی ہیں۔ دن کے اہل و آخر میں وقت کا بڑا حصہ کھانے پینے کے معاملات کی نگرانی جاتا ہے۔ اگر سمجھا جائے تو یہ ایک بہت بڑا خسارہ ہے۔ جس کی فکر

کی جانی چاہیے۔

ماہ صیام سے قبل گھر کی اچھی طریقے سے صفائی کر لی جائے، تو عید سے قبل ہنگامی صفائی کی ضرورت باقی رہ جائے گی۔ ہر کمرے میں لگے پنکھوں کی گرد جھاڑ کر انہیں اچھی طرح سے صاف کر لیں۔ دیواروں پر سے جالے اتاریں۔ پردوں کو دھو کر استری کر لیا جائے دیواروں سے دھبے صاف کرنا ضروری ہے۔ خصوصاً پلاسٹک پینٹ کی دیواروں کو سرف سے دھویا جائے تو چمک جائیں گی۔ اگر کچلے موجود ہیں تو اس پر لال گورو یا پینٹ کر دیں، نئے ہو جائیں گے۔ داش روم، بکن اور ڈرائنگ روم کو بھی اچھی طرح سے صاف کر لیا جائے تو عید کے قریب سرسری صفائی کی ضرورت باقی رہ جائے گی۔

عید کے لیے گھر کی تزئین و آرائش کا کچھ کام اگر قبل از رمضان کر لیا جائے تب بھی روزے کی حالت میں اہل خانہ پر کام کا بوجھ کم ہو جائے گا۔ کچھ لوگ عید سے قبل اپنے مکانوں کو وائٹ واش کر دیتے ہیں۔ اگر یہ کام رمضانوں سے پہلے کر دئے جائیں تو گھر کا پھیلاواہ جلدی سمٹ سکتا ہے۔ روزے کی حالت میں یہ سارے کام بہت تکلیف دہ ہو جاتے ہیں۔ تھکان الگ ہو جاتی ہے۔

عید کے لیے خریداری کا سلسلہ پورے رمضان جاری رہتا ہے۔ ایک تو اس وقت بازاروں میں بہت رش ہو رہا ہوتا ہے، مہنگائی، غم و تنگ جا پہنچتی ہے، روزوں کے پاس رش کی وجہ سے سلاخی کا مسئلہ الگ اٹھ کھڑا ہوتا ہے۔ سمجھداری کا تقاضا یہ ہے کہ عید کی کچھ تیاری رمضان سے پہلے ہی کر لی جائے۔ اس طرح روزے کی حالت میں ٹریفک جام، بازاروں کی گہما گہمی، رش کے ساتھ ساتھ دکانداروں کی تو قی میں سے بھی جان چھوٹ جائے گی۔

ہیرونی کاموں سے فراغت حاصل کرنے کے بعد گھر کی طرف توجہ دی جائے۔ اس ماہ میں سب سے زیادہ فرق کا استعمال کیا جاتا ہے اس لیے دودن قبل اس کی اچھی طریقے سے صفائی ہو جائے تو دوران رمضان اس میں چیزیں فریز کر سکتے ہیں مسئلہ پیش نہیں آئے گا۔ فریزنگ ہولی پرانی چیزوں کو پہلے استعمال کریں۔ اس کا فائدہ یہ ہوگا کہ فرق میں رمضان کے لیے تیار شدہ اشیاء رکھنے کی خاصی گنجائش نکل آئے گی۔ تمام خانے اچھی طرح سے سرف لے پانی سے صاف کریں تاکہ بالکل صاف ہو جائے۔ فرق صاف کرنے کے بعد ایک خانے میں کوسٹلے کا جھنڈا لٹکا کر رکھ دیں تاہم اگر مہنگ کو اپنے اندر جذب کر لے گا۔

کٹلنس، شامی، چکن، کباب یا کوئنٹے بنا کر ایک ٹرے میں پھیلا دیں۔ جب

وہ جم جائیں تو الگ الگ نکال کر ان کو ایک ڈبے یا شاپر میں بند کر کے رکھ دیں وقت ضرورت بہت کام آئیں گے۔ پاک باریک کاٹ لیں دھو کر صبح سے پانی نکالیں، اخبار میں لپیٹ کر فریج میں سبزی کے خانے میں رکھ لیں۔ پکڑے بناتے ہوئے کم محنت ہوگی، اسی طرح ہر ادھیٹ بھی کاٹ کر رکھا جاسکتا ہے جو رمضان میں بہت کام آتا ہے۔ ٹماٹر کی چٹنی پکا کر رکھ لیں۔ ٹماٹر دھو کر کاٹ کر چین میں چڑھا دیں، جب اچھی طرح پک جائیں اور پانی بالکل خشک ہو جائے تو کسی بھی شیشے کے جار میں رکھیں۔ جب بھی کڑھائی پکائی ہو تو اس چٹنی کی وجہ سے بہت کم وقت میں اچھا کھانا آسانی سے پک جائے گا۔

آپ چاہیں تو سوسے، اسپرنگ رول، چکن ہال، بکلس اور میٹ بائز بنا کر پہلے ایک ٹرے میں پھیلا کر رات بھر کے لیے فریزر میں رکھ دیں، جب صبح سے فریزر ہو جائیں تو خشک تھیلی میں بھر کر تھوڑے تھوڑے فاصلے سے رکھ دیں تاکہ آپس میں چپکیں نہیں۔

اسی طرح کالے اور سفید چنوں کو اچھی طرح سے ابال کر پانی چھان لیں۔ اب اپنی ایک دن کی ضرورت کے حساب سے تھیلیاں بنا کر رکھ دیں، روزے کے دوران دوسرے تین گھنٹے قبل نکال کر رکھ لیں تاکہ وہ گرم ہو جائیں اب اس میں حسب پسند مصالح ملا لیں۔

گھر کا بنا ہوا چائے مصالحہ بازاری ناقص مصالحے سے کافی بہتر رہتا ہے۔ اور سستا بھی پڑتا ہے۔ ثابت لال مرچ، سفید زیرہ، سونہ جات و حنیاف صاف کر کے توڑے پر بھونیں اب اس میں تھوڑا سا کالا نمک، نمک اور کھائی ملا کر پیس لیجیے۔ یہ اتنی مقدار بنیں یا کم کہ پورے رمضان کے لیے کافی ہو جائے۔ انہیں افطاری کی تیاری کے دوران پھولوں، دہی بڑوں اور فروٹ چاٹ پر حسب ذائقہ ملا کر مزید آرائش تیار کریں۔

دہی بڑوں کے لیے موچک اور راش کی دال کو خشک نہیں کر رکھ لیں۔ جب بھی دہی بڑے بنانے ہوں ان کی وجہ سے آسانی ہو جائے گی رمضان کی آمد سے کچھ دن پہلے اگر یہ اشیاء تیار کر لی جائیں تو افطاری بنانے میں آسانی ہوگی بلکہ وقت کی بچت کا بونس الگ حاصل ہوگا۔

خالص، معیاری اور صحت بخش... ڈالدا کو کنگ آئل



معیاری اجزاء کے ساتھ ساتھ تیار کیا جائے جس طرح ڈالدا بہتر صحت اور نشوونما کا شعور اجاگر کرنے کے ساتھ ساتھ اپنے حصہ کی پیشہ ورانہ ذمہ داریوں کو پورا کرتے ہوئے اپنے معزز صارفین کی خدمت میں حفظان صحت کے بین الاقوامی معیار کے مطابق تیار کی گئی مصنوعات کی انتہائی مناسب قیمت میں با آسانی دستیابی کو یقینی بنانے میں ہمہ تن مصروف ہے، ضروری ہے کہ دیگر غذائی اجزاء جیسے گوشت، سبزیوں، اناج اور مصالحہ جات کے انتخاب میں بھی معیار اور تیاری میں حفظان صحت کے اصول کو ملحوظ رکھا جائے کیونکہ یہ ہماری اور ہمارے پیاروں کی بہتر صحت، نشوونما اور خوشحالی کیلئے لازم و ملزوم ہے۔ رمضان المبارک میں تیار کئے جانے والے پسندیدہ اور خاص کھانوں کی تیاری کے لئے ڈالدا کو کنگ آئل بہترین انتخاب ہے۔ یہ پکانے کا خالص معیاری اور صحت بخش تیل ہے جس میں اضافی وٹامن، اے ڈی اور این شامل ہیں یہ بھرپور صحت کے حصول میں انتہائی اہم کردار ادا کرتے ہیں، کو لیسٹرول سے پاک ہر خاتون خانہ کی پسند اور سہولت کے مطابق ایک لیٹر پاؤچ تین اور ساڑھے چار لیٹر بوتل، ڈھائی لیٹر اور پانچ لیٹر ٹین پیک میں دستیاب ہے۔ اسی طرح بھرے ہوئے گھرانوں کی ضروریات کے مطابق 10 لیٹر ٹین میں بھی دستیاب ہے۔



چکوزے، دہی بڑے، وال، چنے، آلو اور پھلوں سے تیار کی گئی چاٹ اور سکر کے دسترخوان پر پرائیڈ ہمیشہ ہی پسند کئے جاتے ہیں۔ یہ اشیاء اکثر گھر پر بھی تیار کی جاتی ہیں اور بازاروں میں با آسانی دستیاب ہوتی ہیں۔ اس سلسلہ میں اس بات کو یقینی بنانا ہے کہ ضروری ہے صحت اور حفظان صحت کا شعور اجاگر کیا جائے اور ان اصول کی پاسداری کو خود بھی یقینی بنایا جائے۔ جب ہم گھر پر کھانا پکائیں تو اس وقت بھی اعلیٰ اور معیاری غذائی اجزاء کا انتخاب کریں ان کا تازہ اور خالص ہونا ضروری ہے۔ نیز کھانے کی تیاری اسی طریقہ سے کی جائے کہ خوراک میں موجود اجزاء کی لذت اور غذائیت برقرار رہے، کھانا پکانے کے بعد بھی اسے گرم اور مرطوب ماحول میں رکھنے سے گریز کریں۔ ہمیشہ صفائی اور خشک جگہ رکھیں اگر زیادہ مقدار میں پکایا جائے تو اضافی مقدار کو فوری طور پر ایئر ٹائٹ باؤل میں فرج یا ضرورت پڑے تو فریژر میں رکھیں۔ انظار اور سحری کے وقت کھانے میں اعتدال ضروری ہے۔ روزہ انظار کرنے کے فوراً بعد بیک وقت بڑی مقدار میں کھانا کھایا جائے یا مرغین اور دیرینہ خوراک کا زیادہ اور مسلسل استعمال صحت کے لئے مضر ہو سکتا ہے۔

اس ضمن میں بہترین طرز عمل یہ ہے کہ انظار دی روزہ ہضم اور مقدار میں نسبتاً کم اشیاء پر انحصار کیا جائے نماز مغرب کی ادائیگی کے بعد اطمینان سے باقاعدہ کھانے کا اہتمام کیا جائے۔ روزہ داروں کا دیر گئے کھانا کھانا نہ صرف سحر کے وقت بیدار ہونے میں حائل ہو سکتا ہے بلکہ رات کا کھانا ہضم نہ ہونے کی صورت میں سحری اچھی طرح کرنا بھی ممکن نہیں رہتا نتیجتاً یہ کہ روزہ کے دوران طبیعت کی گرانی اور مزاج کے تغیر جیسے مسائل سے محفوظ رہا جا سکتا ہے۔ جیسا کہ ابتداء میں تجویز کیا گیا کہ جو کچھ بھی کھائیں تازہ خالص اور

رمضان المبارک کا بابرکت مہینہ عالم اسلام میں ایک خاص مقام کا حامل ہے۔ ماہ رمضان کا روح پرور احساس تاحید نظر ہر شے کو اپنے حصار میں سمیٹ لیتا ہے۔ رب ذوالجلال کی خاص مہربانیوں کا اثر ہر چیز اور کیفیت پر ظاہر ہوتا ہے۔ فرائض کے ساتھ نقلی عبادات خصوصاً روزے رکھنا اور فرائض کے ساتھ نقلی عبادات خصوصاً روزے رکھنا اور روزہ داروں کو انظار کر دینے کا خاص اہتمام ہوتا ہے۔ ہر کسی کی کوشش ہوتی ہے کہ اس کا رخی کی سعادت حاصل کر سکے، اس ضمن میں خاندان، پڑوس اور احباب کے لئے انظار پارٹیوں کا اہتمام کیا جاتا ہے۔ نشر و اشاعت کے ذرائع اور ان سے استفادہ حاصل کرنے والے افراد کی بروقتی ہوئی تعداد کی بدولت دنیا بھر کی ثقافتوں اور لوگوں کے رہن سہن پر ایک دوسرے کے اثرات واضح طور پر نمایاں ہیں، روزمرہ کھانوں کے انتخاب، ملبوسات، فرنیچر ہر چیز میں کسی دوسری ثقافت کا رنگ با آسانی دیکھا جاسکتا ہے۔ اس صورتحال کے بے شمار مثبت پہلوغور طلب ہیں ان میں سب سے بڑھ کر یہ کہ کہہ ارض پر آباد ہر خطہ سے تعلق رکھنے والے دیگر افراد کے، سماجی، سیاسی، معاشی اور تعلیمی نظام حتیٰ کہ ہر نوعیت کی روایات اور کیفیات سے واقفیت رکھتے ہیں۔ ہمارے ہاں اس محرک کا سب سے زیادہ اثر خورد و نوش کے شعبہ میں نظر آتا ہے کسی بھی ملک سے تعلق رکھنے والے کسی بھی کھانے کی مقبولیت بہت جلد نمایاں مقام حاصل کر لیتی ہے اور یہ محض ریسٹورنٹ، کیفے یا ہوٹل تک محدود نہیں بلکہ محنتی، ترقی پسند اور مہمان نواز قوم کی خواتین مختلف ممالک کے کھانے بنانا سیکھنے کے لئے بہت پُر عزم ہیں اور محض گھر والوں کے لئے ہی نہیں بلکہ مہمانوں کی تواضع کے لئے بھی روایتی کھانوں کے ساتھ ساتھ غیر ملکی کھانوں کو مہارت کے ساتھ تیار کر کے دسترخوان کی زینت بناتی ہیں۔ اس سب کے باوجود آج بھی رمضان المبارک اور ہر قسم کے تہواروں پر روایتی کھانوں ہی کو ترجیح دی جاتی ہے اور بیشتر گھرانوں میں بہت خصوصیت کے ساتھ ان کی تیاری کا اہتمام کیا جاتا ہے۔ رمضان المبارک کے موقع پر مختلف انواع و اقسام کے

کیا رمضان اور عید پر بھی کریں ڈانٹ؟

صبا گل (ماہر غذا ایت) ڈانٹ پلان وضع کرتی ہیں

صبا گل حسن

رمضان المبارک ہویا عید الفطر کا مذہبی تہوار، غذائی بے اعتدالی آپ کو بیمار کر سکتی ہے۔ اس سے پہلے کہ آپ فربہ میں مبتلا ہو جائیں اور خوشنما لباس آپ پر قلعی نہ بننے اور بدن بے ڈول ہو جائے۔ اس لئے ان مہینوں میں بھی آپ صرف تھوڑی سی تبدیلی کر کے اپنا صحت مند طرز زندگی قائم رکھ سکتی ہیں۔ رمضان میں اگر آپ کاربوہائیڈریٹس مثلاً شکر (سفید)، مٹھائی، ذیل روٹی اور بیکری آئٹمز کم کر لیں تو 51% کے قریب کیلو بڑھنے نہ پائیں گی۔ اسی طرح 30% چکنائیاں جو ذمیری مصنوعات سے حاصل ہوتی ہیں ان میں کوئی کر سکتی ہیں۔ پروٹین کی مد میں 13% کی اس طرح کی جاسکتی ہے کہ آٹے، گوشت، مرغی اور مچھلی قدرے کم مقدار میں کھائی جائے۔ ذیل میں چارٹ کی مدد سے مختلف جسمانی حالتوں میں غذا کے استعمال کے فوائد اور توانائی کا جائزہ لینے میں آسانی ہوگی۔

غذا (گرام میں)	تھرمائٹک کر سٹے والی توانائی	حارے	غذائیت
چکن روست	0	231	آئرن، بیکٹیم، چکنائی 51%، پروٹین 49%، وٹامن A
چاؤن (58 گرام)	24	250	کاربوہائیڈریٹس 83%، چکنائی 10%، پروٹین 7%
آلیو (50 گرام)	11	48	کاربوہائیڈریٹس 1%، چکنائی 51.9%، پروٹین 48%، وٹامن A، C، آئرن
انڈا (ایک عدد اجملا ہوا)	2	73	کاربوہائیڈریٹس 2%، چکنائی 63%، پروٹین 35%، وٹامن A، آئرن، بیکٹیم
سفید ذیل روٹی (28 گرام)	14	101	کاربوہائیڈریٹس 78%، چکنائی 11.1%، پروٹین 11%
کھجور (24 گرام)	9	66	کاربوہائیڈریٹس 74%، چکنائی 1%، پروٹین 3%، ڈائٹری فائبر، پوٹاشیم، وٹامن A اور K
دودھ (فلن کریم)	3	20	کاربوہائیڈریٹس 38%، چکنائی 31%، پروٹین 31%، وٹامن A، آئرن اور بیکٹیم
اورٹھن (250 گرام)	8	86	کاربوہائیڈریٹس 94%، پروٹین 6%، وٹامن A، C، بیکٹیم
کیلا (ایک عدد)	13	94	کاربوہائیڈریٹس 81%، چکنائی 10%، آئرن اور بیکٹیم
سیب (100 گرام)	3	3	کاربوہائیڈریٹس 96%، چکنائی 2%، پروٹین 2%

ہمارے ذہن میں روزے مذہبی ہونے کی بجائے عظیم ترین عبادت کے حساب سے فائبر اور کاربوہائیڈریٹس پر مشتمل غذا کھانے کی جگہ پر توجہ دینی چاہیے تاکہ ذہنی طور پر مشتمل بھی نہ ہوں اور توانائی کا تسلسل جاری رہے تاہم پانی کی مقدار بڑھانا بہت ضروری ہے جس سے پیاسہ دور ہو کر دھکاس پانی پی لیں۔ سحری کے درمیان دو اہم مقدار میں پانی کھائیں مگر انظار کے اندر صحت بخش مشروبات پوزیٹو ہیں۔ مادی پانی بھی بہترین صحت بخش مشروب ہے تاہم شہریتوں کو بھی گھارا استعمال کر لیا جائے اور ٹیکس بھی یا لمبول پانی اور ستوکا استعمال کیا جائے تو بہتر ہے۔

اب رمضان میں لائیں آسانیاں

آڈر کریں سحری یا افطاری



وقت ای میل کر دی جائے تو چند ہی ساعتوں میں آپ کے میل فون پر کنفرمیشن آ جاتی ہے۔ اس کے بعد آپ اپنے مل کی رقم گن کر گیٹ کے قریب آ جائے کیونکہ رائڈر نے بھی واپس جا کر سحری کرنی ہے اور اگر ممکن ہے تو ہزار روپے کا کھلا (Change) لے کر رکھے۔ رائڈر پر بھی رحم کھائیے وہ کہاں وودھ وائی والے کے ہاں سے کھلے پیسے مانگتا بھرے گا۔

• اگر آپ پڑا کھانے کے سوڈ میں ہیں اور براہ راست آؤٹ لیٹ سے

حضرت انسان کسی حال میں کم ہی مطمئن ہوتا ہے۔ روز و شب میں معمولات کی یکسانیت سے بہت جلد ہی دل اوب سا جاتا ہے۔ رمضان المبارک میں بڑے اخلاص کے ساتھ روزے رکھے جاتے ہیں۔ کوئی بھی ذی حس اللہ تبارک و تعالیٰ کی یاو سے غافل نہیں رہنا چاہتا۔ 30 روزوں کے درمیانی عرصے میں کبھی کبھی جی چاہتا ہے کہ گھر کے معمولات سے ذرا ہٹ کر یا تو باہر جا کر سحری اور افطاری کی جائے یا پھر ایک نئے رختان کو اپنا کر دیکھا جائے کہ پسندیدہ کھانوں کی ہوم ڈیلیوری سروس کا تجربہ کیسا رہتا ہے؟

Food Panda

ایک ایسی ویب سائٹ ہے جہاں شہر بھر کے بہترین کھانے پیش کرنے والے ریستورانوں کی خدمات حاضر ہیں۔ ان میں پڑا پارلر، سینڈویچز، برگرز، پاستا، اسٹیکس، ہیز یوں، گوشت، پیچھے کی وٹرز، چکن تکہ، مصالحے دار، مٹھی اور حیدر آبادی کھانے، کڑا ہیاں، بریانی کے علاوہ افطار کے لوازمات بھی موجود ہیں۔ شہر میں ٹریفک کے ازدحام کا خیال رکھتے ہوئے افطار کے آڈر کم از کم دو گھنٹے قبل کئے جائیں۔ اسی طرح سحری کے لئے بھی قبل از

ہوم ڈیلیوری ہوتی ہے البتہ عربی پرائیوٹ کے وحید کے وھاگے والے میرٹھ کے کباب ڈیلیور نہیں کئے جاتے۔ تو سحری نہ کسی آپ افطار برس روڈ جا کر کر سکتے ہیں۔

گھر کا کھانا یہ ایک نیا فوڈ چین ہے جو مکمل طور پر دیسی کھانوں کی بے مثال ورائٹی پیش کرتا ہے۔ ان کی ویب سائٹ دیکھئے سینو کا انتخاب کیجئے اور آڈر کر دیجئے شور بے اور بھنے ہوئے سالنوں میں سے کوئی بھی ایسی ڈش جو کم و بیش کنبے کے تمام ہی افراد کو پسند ہو۔ گھر کا کھانا سونڈھی وٹرز کے روایتی واقفوں کے ساتھ ساتھ چند خاص میٹھی وٹرز بھی پیش کرتا ہے آپ چاہیں تو افطاری اور رات کے کھانے کے لئے بھی ایک ہی چکر میں دو یا دو سے زائد وٹرز طلب کر سکتے ہیں۔ اب کنبے منڈکا ڈاکھ بدلا کہ نہیں۔

آڈر کرنا چاہتے ہیں تو ٹائمٹ ڈیل سے بہتر کیا بات ہو سکتی ہے۔ ہماری ایک ووٹ نے سحری کے وقت سے دو گھنٹے قبل Large سائز کا پڑا آڈر کیا اور تہجد کی نماز ادا کرنے لگیں۔ آج وہ بچوں کو حیران کروینا چاہتی تھیں کہ گھر پر بھی سحری آ سکتی ہے۔ وہ بیان رائڈر کی آواز پر لگا رہا یہ کیا بات ہوئی کہ کمرے کی لائٹ بھی نہ جلائی اور قیل بھنے پر دو برس کی بچی تیل کی آواز سے ڈر گئی اور خاتون بچی کو گوڈو میں لے کر گیٹ پر جا کر اپنا آڈر وصول کر کے آئیں۔ بے شک بچی پڑا ویکھ کر بہل گئی ہوگی مگر قیل بھنے سے سر پرانز کہاں رہا۔ گھر کے تمام افراد آکھیں۔ ملتے ملتے ”کون آیا کون آیا“ کہنے لگے۔ بچوں نے پایا کو بتایا ”پڑا آیا“۔ کچھ فاسٹ فوڈ چیزز گرم بیٹروں کے مخصوص پڑا بیگز یا Padded Bags میں ہمارا آڈر گھرنیک لاتے ہیں اس طرح آپ شہر کے کسی بھی کونے میں ہوں آپ کو تازہ بہ تازہ فریج فراز اور کرہی برگرز بھی خراب حالت میں نہیں ملیں گے۔

• اگر آپ اطالوی، جاپانی یا کائنی نیشنل کھانوں سے سحری کرنا چاہیں تو ایک شب قیل نماز تراویح سے پہلے کھانا آڈر کر دیجئے کیونکہ یہ ریستوران رمضان میں سحری کی خدمات پیش نہیں کرتے۔

• برس روڈ سے نہارنی، حلیم اور پائے کی





روزہ کشائی...

نہی روزہ دار کی کریں حوصلہ افزائی

بچوں کی تربیت اور شخصیت کی نشوونما کے لئے ہماری مشرقی و مذہبی اقدار بے پناہ حسن رکھتی ہیں۔ مسلمان بچوں کو 7 برس کی عمر میں نماز کی پابندی کرانا اور پھر ماہ صیام میں روزہ رکھنے کی تربیت دینا ہمارا دینی فریضہ ہے۔ والدین بچوں کو بتاتے ہیں روزہ صبر ہے جس کی جزاء رب تعالیٰ ہے اور رمضان کے 30 روزے فرض کئے گئے ہیں۔ یہ بھلائی کا مہینہ ہے یعنی اہل قرابت سے حسن سلوک کرنے کا مہینہ ہے۔ اس ماہ میں رزق کی فراخی بھی ہوتی ہے اور نفل کا ثواب فرض کے برابر اور فرض کا ثواب ستر گنا زیادہ ملتا ہے۔ اسی مہینے میں شب قدر ہے اور اسی ماہ میں ابلیس قید کرویا جاتا ہے اور دوزخ کے دروازے بند ہو جاتے ہیں۔ جنت آراستہ کی جاتی ہے اس کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں۔

ہے اور افطاری سے آنے والی خوشبوؤں کے بلاوے دسترخوان کی طرف بلائے ہیں لیکن صاحب علیزہ کی صابر طبیعت نے تمام گھر والوں کو چوکا کے رکھ دیا وہ اپنی روزہ کشائی پر اسی نورین صاحبہ کا ہاتھ باری تھیں اور اپنے چھوٹے بہن بھائیوں کی شرارتوں کا لطف بھی لے رہی تھیں۔

کامران رفیع صاحب کی یہ چیت پچی پچھلے برس تک آدھے دن کا روزہ رکھ کر خود کو پورے دن کے روزے کے لئے تیار کر چکی تھی۔ گوکہ گریبوں کے روزے تو بڑوں کے لئے بھی کسی آزمائش سے کم نہیں ہوتے مگر شاباش ہے علیزہ کو کہ جس نے دسترخوان لگانے تک اسی کا ہاتھ بھی بنایا اور ہر گھنٹے بعد وقت نہیں پوچھا۔

علیزہ کو چکن سمو سے پسند ہیں اور میٹکوشیک بھی۔ مگر امی جان کا کہنا تھا کہ روزہ افطار کرتے وقت سادہ پھلوں کا شربت ہی مناسب رہتا ہے جبکہ نماز مغرب سے فارغ ہو کر وہ شیک بنا دیں گی۔ امی جان نے دھان پان میں علیزہ کی صحت اور گرمی کی حدت کو محسوس کرتے ہوئے سادہ افطاری بنائی مگر رات کا کھانا پُر تکلف اس لئے بھی تھا کہ اس مبارک روزہ کشائی میں اس کی سہیلیوں اور کزنز نے بھی شرکت کرنا تھی۔

ذالذیہ و انزری سردی نے اس موقع پر ننھی علیزہ کو کونگ آئل کا تحفہ دیا جسے وہ اگلے ہی روز تک استعمال کر کے اس دن کو یاد رکھیں گی۔

زیر نظر تصاویر میں دیکھئے کہ علیزہ اپنی والدہ اور بہن بھائیوں کے ساتھ نہایت سادگی سے پہلا باقاعدہ روزہ افطار کر رہی ہیں۔

جونہی کسی پر روزہ فرض ہو جائے تو والدین بھی چاہتے ہیں کہ بچے رمضان کے پورے روزے رکھیں اور کسی شدید بیماری یا شرعی عذر کے بغیر روزہ ترک نہ کریں۔

اس بار ذالذیہ کی ٹیم نے لاہور میں مقیم کامران رفیع صاحب کی بچی علیزہ کی روزہ کشائی میں شرکت

کامران رفیع صاحب نے ذالذیہ و انزری سردی کو کڑاچی میں متعدد بار پیشہ ورانہ رہنمائی فرام کی۔ آپ بھی ریسٹوران سے منسلک رہے ہیں۔ ان دنوں بھی لاہور میں ہوٹل انڈسٹری سے وابستہ ہیں۔ یوں تو رمضان میں عصر کی نماز کی ادائیگی کے بعد چکوان کی محفل بھی ہجرت

رمضان کا مہینہ مسلمانوں کے لئے سراسر خیر و برکت اور روحانی ترقی کا مہینہ ہے۔ جس میں انسان کی نیکیوں کے اجر میں ستر گنا تک اضافہ کر دیا جاتا ہے کیونکہ دنیا بھر کے مسلمان مل کر روزہ رکھتے ہیں اور باہم ہمدردی و محبت سے پیش آتے ہیں۔ اس ایمانی کیفیت کو بچے بھی محسوس کر لیتے ہیں۔ وہ بھری کے دلت جاگ جاتے ہیں اور اس اہتمام میں شریک ہو کر اپنے ادنیٰ و ثقی کو ظاہر کرتے ہیں۔ پھر



یہی ہے سکھڑاپے کا امتحان

رمضان اور عید کی تیاری کو بنائیے آسان



اللہ تعالیٰ ہمیں ہدایت فرمائے

ماہِ صیام کو نیکیوں، رحمتوں، برکتوں کا موسم بہار کہہ سکتے ہیں۔ اس کے آنے کا استقبال پوری عقیدت اور محبت سے کیا جاتا ہے۔ خواتین اس معاملے میں زیادہ ہی پر جوش ہوتی ہیں، وہ چاہتی ہیں عبادت اور ریاضت میں بھی کی نہ ہو اس کے ساتھ ساتھ افطاری اور سحری، مہمانداری کے فرائض بھی خوش اسلوبی سے سرانجام دیں۔ پہلے سے ہی اس کی تیاری میں مصروف ہو جاتی ہیں تاکہ روزوں میں ان کو اضافی کام سے بچنا پڑے، سب سے زیادہ فوقیت گھر کو دی جاتی ہے، نئے سرے سے گھر کا جائزہ لے کر صفائی، جھاڑ پونچھ پہلے سے

صغیرہ بانو شیریں

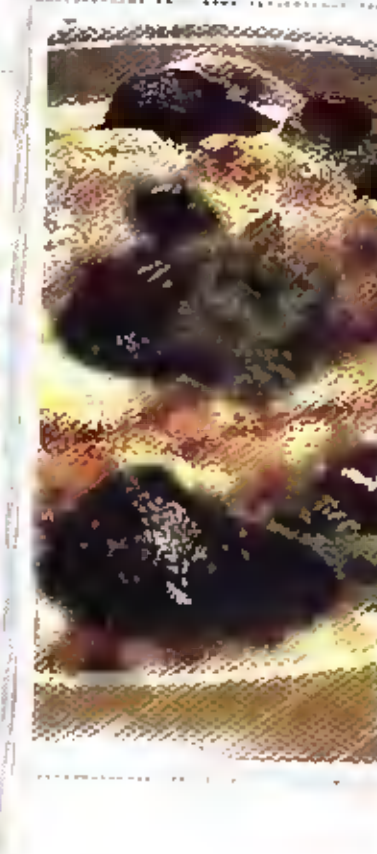
کر لی جاتی ہے۔ اس معاملہ میں بزرگ خواتین بھی جوش پیش رفتی ہیں۔ گھر میں خصوصاً چھت پر الماریوں میں کونے کھدروں میں کوئی جالا نہیں رہنا چاہیے۔ جس گھر میں جالے اور گندگی ہو وہاں عبادت میں بھی لطف نہیں آتا۔ اس کے ساتھ ساتھ استعمال ہونے والے سارے برتنوں کو نکال کر دھوا نہج کر رکھا جاتا ہے۔ پنجاب میں گاؤں دیہات کے ہر گھر میں پتیل کی بڑی بڑی پرات، تیلے پٹیلیں، گلاس نکال کر ریت سے چمکا کر سکھا کر سجائے جاتے ہیں۔ پرانی چادروں سے دسترخوان اور کتے غلاف بنتے ہیں۔ پردوں کو دھو کر لگایا جاتا ہے۔ یوں سارا گھر خاتون

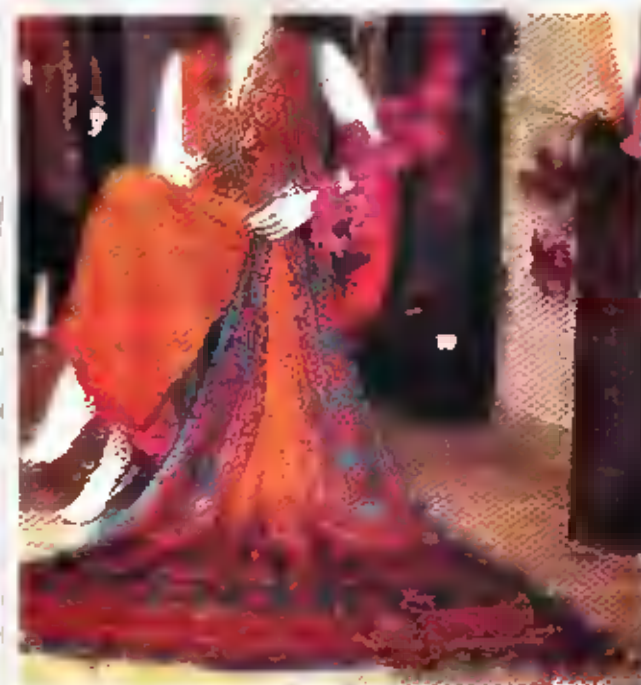
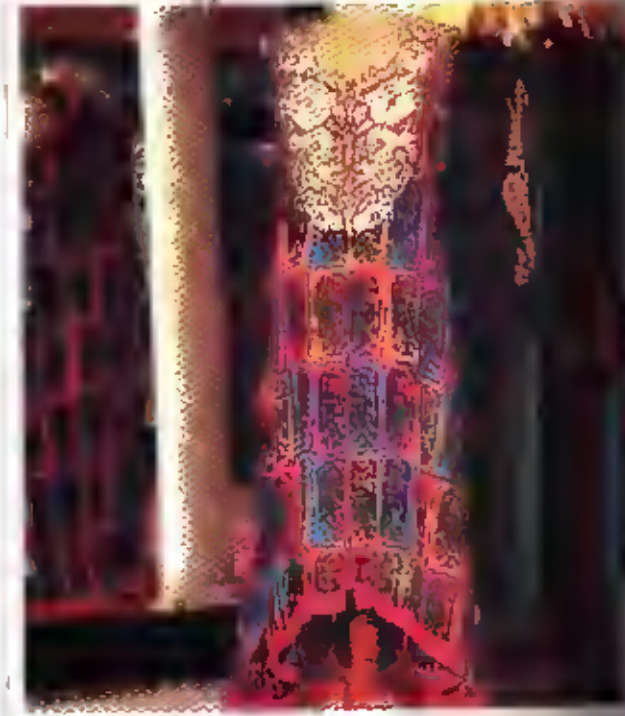
کر لی جاتی ہے۔ اس معاملہ میں بزرگ خواتین بھی جوش پیش رفتی ہیں۔ گھر میں خصوصاً چھت پر الماریوں میں کونے کھدروں میں کوئی جالا نہیں رہنا چاہیے۔ جس گھر میں جالے اور گندگی ہو وہاں عبادت میں بھی لطف نہیں آتا۔ اس کے ساتھ ساتھ استعمال ہونے والے سارے برتنوں کو نکال کر دھوا نہج کر رکھا جاتا ہے۔ پنجاب میں گاؤں دیہات کے ہر گھر میں پتیل کی بڑی بڑی پرات، تیلے پٹیلیں، گلاس نکال کر ریت سے چمکا کر سکھا کر سجائے جاتے ہیں۔ پرانی چادروں سے دسترخوان اور کتے غلاف بنتے ہیں۔ پردوں کو دھو کر لگایا جاتا ہے۔ یوں سارا گھر خاتون

خانہ کے سکھڑاپے کی داد

دیتا ہے۔ بیدار صوفہ کو، میز پر رکھتے ہوئے نظر آتے ہیں۔

اس کے بعد سوچا جاتا ہے۔ افطاری اور سحری کے لئے کیا کرنا چاہئے۔ والوں کو صاف کر کے رکھتے ہیں اور سفید پتے، کالے پتے اُبال کر ان کے پکٹ بنا کر رکھے جاتے ہیں۔ آلو کے کٹلس، شامی کباب، چٹلی کباب، قیسر کی کنگیاں، تاج کباب پہلے سے بنائے جاتے ہیں۔ اسی طرح کونٹے بنا کر پانی میں بھل کر کے رکھ دیتے ہیں۔ تاکہ رکھنے سے کونٹوں کی شپ خراب نہ ہو۔ جب دل چاہا نکال کر بنائے، گائے کا گوشت بھی خواتین تک ڈال کر اُبال کر رکھ لیتی ہیں تاکہ پکانے میں آسانی ہو۔ بازار میں مین کی چھوٹی بوندیاں، پھلکیاں پکٹ میں مل جاتی ہیں۔ خواتین کی اکثریت آسانی سے ان کو استعمال کرتی ہے۔ پانی میں بھگو کر دی میں ڈال دیتے ہیں۔ دی، بھلوں کا مسالہ چھڑک دیتے ہیں۔ مونگ اور ماش کی دال بھگو کر پیس لیتے ہیں۔ قھوڑے سے کا جو، بادام بھی پیسے ہوئے شامل کرتے ہیں۔ ہیلے کی طرح کی پکڑیاں تل کر لٹافوں میں فریز کر کے رکھتے ہیں۔ اٹلی کی چٹنی گڑ میں پکا کر بوتل بھر لیتے ہیں۔ پیاز، لہسن، ادھک کا پیسٹ شمشے کی جیم کی بوتلوں میں پیس کر رکھتے ہیں۔ ڈیزلہ کلو پیاز فرنی کر کے رکھے۔ ٹماٹر کی پوری بناجیے۔ سفید زیرہ بھنا ہوا۔ سرخ ثابت مرچ بھنی ہوئی۔ کالا نمک پیس کر رکھیے۔ یہ دی، بھلوں پر ڈال کتی ہیں۔ کافی کام نشت جاتا ہے۔ روزوں میں وقت کی بچت ہوتی ہے۔ اچانک مہمان آجائیں تو آپ چنوں کی چاٹ، دی، بھنے کباب، کھجوروں کے ساتھ افطاری میں رکھ سکتی ہیں۔ صبح نوں بجے تک آپ شام کے لئے کھانا پکائیے۔ مین گھول کر رکھیے، آلو، مینگن کے تھکے کاٹ کر نمک کے پانی میں





مکھوئے کاٹنے میں پڑیں گے۔ شام کو عین میں ملا کر پکڑوے تلنے بارہ ایک بجے کر تک مکمل جاتی ہے۔ آپ دو گھنٹہ کے لئے بازار جانے کا وقت آسانی سے نکال سکتی ہیں اپنے اور بچوں کے کپڑے خرید سکتی ہیں، رمضان کے آخری عشرہ میں رش بڑا ہوتا ہے اور مہنگائی بھی عروج پر نظر آتی ہے، غلغلہ خواتین رمضان کے پہلے ہفتہ میں سر روانہ کپڑے روزی کو دے سکتی ہیں۔ بعد میں روزی بہت پھیرے لگاتے ہیں۔ لوڈ شینگ کا بہانہ کام کی زیادتی کا عذر ہوتا ہے۔ رمضان کے شروع میں ہی سر روانہ کپڑے تیار ہو جائیں تو مسئلہ حل ہو جاتا ہے۔ ریڈی میڈ کپڑے اچھے معیار کے دستیاب ہیں۔ مگر اچھی خاصی قیمت کے ہیں۔ عید کا تہوار خرب اور امیر کے لئے یکساں خوشیاں بانٹنا ہے۔ اپنی اپنی حیثیت کے مطابق سب خریداری کرتے ہیں۔ جمعہ الاولیاء کے لئے تیاری کی جاتی ہے اور عید کے لئے بھی اسے اور خوبصورت کپڑوں کی تلاش رہتی ہے۔

پہلے سیل لگ جاتی ہے۔ کپڑوں کے
پیس کم داسوں پر ملتے ہیں۔ سکھ
خواتین ایسی دکانوں سے چھوٹے
پیس لے کر اپنے اور بچیوں کے
کپڑے خود ڈیزائن کر کے سلواتی
ہیں۔ آج کل فیشن میں ویسے بھی دو
تین طرح کے کپڑے لگا کر سلانی کی
جاتی ہے۔ جو کپڑا انتہائی مہنگا ہوتا ہے

اعظم کلاتھ مارکیٹ میں روزانہ زنانہ بھوک میں اور ویسے بھی نسبتاً سستا کپڑا دستیاب ہے، رنگ محل، انارکلی بازار میں بانو بازار میں بھی چیزیں ملتی ہیں۔ یتیم خانہ چوک پر بڑی مارکیٹ ہے۔ وہاں بھی ہر چیز مل جاتی ہے۔

کانوں، ذیہات، قلوب و جوار کے لوگوں
 کا شیوہ رہا ہے۔ کپڑے بزن اور گھر
 کی آرائش کی چیزیں دستیاب ہیں۔
 مڑے لبان، چڑیاں، موسیقی ریشمی
 کپڑے، چمکانہ کپڑے مل جاتے
 ہیں اسی طرح شہر میں اعظم کا قلعہ
 مبارک ہے جس دروازہ ان قلعوں میں اور
 دیکھیں جسہنا سنا کپڑا اس قلعہ میں ہے،

دکن محل، انارکلی بازار میں بانجوا بازار میں بھی چیزیں ملتی ہیں۔ عتیم

اس کا ایک گز بارہ گروہ کا کلڑا لگا کر شیخون یا جانور جٹ میں ڈیزائن کرنے سے بونیک کا ڈیزائن بھی بن جاتا ہے اور دیکھنے میں قیمتی اور خوبصورت دکھتا ہے۔

شیخون پر کھر دینے پر جانے یا نڈی کاٹ لے، سوراخ وار پیس ہو تو اس کلڑے کو بھی کام میں لایا جاسکتا ہے۔ اس کے پھول کاٹ کر دوسری شیخون کے پیس پر لگ جاتے ہیں۔ مارکٹ میں جگہ جگہ پیکوڈر کڑھائی والے اپنی مشینیں لے کر بیٹھے ہوئے ہیں۔ گلے پر ڈیزائن بنوائے، بازو پر اور دامن میک مشین سے پھولوں کے چاروں طرف کڑھائی والے ٹانگہ سے پھولی لگوائے۔ ایسے کٹ پیس بہت کم قیمت پر مل جاتے ہیں۔ عقلمندی اور ذہانت سے آپ بھی خود اچھے سے اچھے ملبوسات ڈیزائن کر کے رمضان میں عید کی تیاری مکمل کر سکتی ہیں۔ خاتون خاندان کی سکھایا ہے۔

خانہ چوک پر بڑی مارکیٹ ہے۔ وہاں بھی ہر چیز مل جاتی ہے۔ اچھیرے بازار آج بھی خریداری کے لئے مشہور ہے، خواتین کا رش ہوتا ہے۔ اقبال ٹاؤن میں مون مارکیٹ ہے، یہاں پھولوں نے بھی کپڑے کی بہت دھائی رکھی ہے۔ ہر طرح کے تلے سائے کپڑے، بیڈ شیٹ وغیرہ سے لے کر کراکری اور بچوں کے کھلونے تک شامل ہیں۔ کریم مارک 5 کریم مارکیٹ بھی خریداری کے لئے مشہور ہے۔ چوٹی کی ٹاؤن میں ہر طرح کے ریڈی میڈ کاسٹنس، بچوں کے کپڑے، کمرے ٹھکانہ وغیرہ ہیں۔ جوہان ٹاؤن میں بھی اب مارکیٹ میں بڑے بڑے اسٹور ہیں۔ نور ہاؤس شاپ کی مارکیٹ میں سستی چیزیں ملنے کی وجہ سے لوگ زیادہ جاتے ہیں۔ مناسب ماسوں پر ہر چیز ٹاؤن شاپ بازار میں مل جاتی ہے ریڈی میڈ۔



افطار پارٹی...

ایک بابرکت تقریب،
ایک خوبصورت روایت

مریم باجوہ

رحمتوں اور برکتوں کا مہینہ رمضان جس کے آغاز کے ساتھ ہی ارض و سماء سے گویا نور کی بارش برستی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ ماہِ مقدس کا چاند نظر آنے سے قبل ہی گھروں، بازاروں میں ایک عجیب گہما گہمی کی کیفیت محسوس ہوتی ہے۔ گھروں کی صفائی ستھرائی سے لے کر محروم افطار کے لوازمات کی تیاری عروج پر پہنچ جاتی ہے۔ اپنا زیادہ سے زیادہ وقت عبادت الہی میں گزارنے کے مقصد کو پیش نظر رکھتے ہوئے خواتین اپنی عید کی تیاریوں کو رمضان سے قبل ہی ختم کرنے میں سرگرداں نظر آتی ہیں۔ بڑوں کا جوش و خروش اور تیاریاں گھر میں موجود بچوں کے اندر بھی آنے والے مہینے کی اہمیت کو اجاگر کرنا اور اس شوق کو پروان چڑھانا ہے کہ وہ بھی اس گہما گہمی کا حصہ بنیں۔ لہذا رمضان کے آغاز سے قبل ہی روزہ رکھنے کے ارادے اور ای ابو سے سحری میں ”ضروری“ اٹھانے کے وعدے لئے جاتے ہیں۔

دیگر لاکھوں پاکستانی گھرانوں کی طرح ہمارے گھر میں بھی رمضان کو نہایت احترام اور جوش و خروش سے خوش آمدید کہا جاتا ہے۔ زکوٰۃ کے فریضہ کی ادائیگی سے لیکر غریب و فادار گھرانوں میں راشن کی تقسیم اور ساتھ ہی اہل خانہ کی پسند کو پیش نظر رکھتے ہوئے محروم افطار کے میو کی ترتیب جاری رہتی ہے۔ روزہ کی فریضت کے بعد رسول اقدس ﷺ نے روزہ داروں

خصوصاً غرباء اور ناداروں کی روزہ کشائی کرانے والوں کو جنت کی نوید دی تھی۔ اس لئے مسلمان معاشرے میں افطاری یا روزہ کشائی کی تقاریب رمضان میں رونق کے اضافے اور ایصالِ ثواب کا باعث سمجھی جاتی ہیں اور خاص طور پر جب معاملہ ہو گھر بھر کے لاڈلے بچے کی روزہ کشائی کا تو پھر جوش و خروش کچھ اور بڑھ جاتا ہے۔

معصوم ذہن ایک صاف سلیٹ کی مانند ہوتا ہے جس پر بچپن میں جو کچھ کندہ کر دیا جائے وہ تا عمر یاد رہتا ہے۔ لہذا یہ وقت تھا اپنے سات سالہ بیٹے کو روزے کی روح، حقوق العباد اور حقوق الہی سے ان کی ذہنی استعداد کے مطابق آگہی دی جائے۔

گزشتہ دنوں ڈالڈائیڈ وائٹری سردس نے اسلام آباد کے اسپرل انٹرنیشنل اسکول کے سرکمپ میں شرکت کی۔ جہاں راقم مضمون گزشتہ کئی برسوں سے شعبۂ تدریس سے وابستہ ہیں۔ یوں تو سرکمپ دن کے اوقات کار ہی میں اپنی سرگرمیاں جاری رکھتے ہیں لیکن اس روز بچوں کی دینی و مذہبی تربیت اور رمضان المبارک کی باسعادت گھڑیوں سے مستفید ہونے کے لئے



افطار پارٹی کا اہتمام کیا گیا۔

سرکمپ کی سرگرمیوں میں روزے کے ادب، نماز پڑھنے کے طریقے، قاعدے اور قرآن شریف پڑھنے کے فضائل بتائے گئے۔ جن میں بچوں نے یکسوئی اور توجہ سے ازبر کیا۔ اپنی محترمہ نچرز کے ساتھ نماز عصر اور پھر افطار کے بعد نماز مغرب ادا کی گئی۔

ڈالڈائیڈ کی جانب سے بچوں کو تحائف اور دعاؤں کا نذرانہ پیش کیا گیا۔ یوں یا ہم مل جل کر افطار کرنے کی یہ تقریب سعید معصوم بچوں کی زندگی کی یادگار بن گئی۔

روزہ اور وہ بھی جون جولائی کا بڑوں کے لئے خاصا طویل اور صبر آزمایا ہوتا ہے مگر کیا کہنے ننھے میاں کے جوش ایمانی کو کہ ایک دفعہ بھی جھوک یا پیاس کی شکایت نہیں کی۔ آج کل کے بچوں کے لئے دن کو گزارنا ویسے بھی مشکل نہیں ہوتا اگر دور جدید کے تمام تفریحی سامان میسر ہوں لیکن وعدہ ہو چکا تھا کہ روزے کے ساتھ نماز اور قرآن کی پابندی کی جائے گی لہذا تفریحات کے ساتھ یہ سلسلہ الحمد للہ چلتا رہا اور بالآخر افطاری کا وقت قریب آن لگا۔ اسکول کی انتظامیہ، مہمانوں کی چہل چل اور لذیذ پکانوں کی خوشبوئیں ایک خاص تقریب کا احساس دلارہی تھیں۔ بچوں کے لئے ایک الگ گوشہ تفتیش کر دیا گیا تھا جو کہ روزے سے نڈھال ہوئے معصوم چہروں سے جگمگا رہا تھا بچے خوبصورت لباس پہنے تحائف اور شاپاش وصول کرتے پھر رہے تھے۔ اذان کی آواز کے ساتھ ہی انتظار کی گھڑیاں ختم ہوئیں اور ساتھ ہی کئی بچوں کے ”بالکل پورے روزے“ کا اہتمام بھی ہوا۔ ایک پر تکلف افطار اور کھانے کے بعد اس تقریب دلپذیر کا دعاؤں کے ساتھ اختتام ہوا۔

دال کا سترخوان



سحری اسپیشل

کبابی

ترکیب:

- چنے کی دال کو دھو کر ایک گھنٹے کے لئے دو پیالی گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں، قیے کو دھو کر چھلنی میں رکھ کر خشک کر لیں۔
- ایک پیاز کو موٹا کاٹ لیں اور ایک پیاز کو باریک کاٹ کر رکھ لیں
- پین میں دال کو پانی سمیت ڈال کر درمیان آگ پر ابالنے رکھیں اور ابال آنے پر آگ بجلی کر کے دس سے پندرہ منٹ تک اگلنے دیں
- پھر اس میں قیہ، ادک، موٹی کٹی ہوئی پیاز، لال مرچیں اور دھنیا شامل کر دیں۔ ہلکی آگ پر اتنی دیر پکائیں کہ دال اچھی طرح گل جائے اور پانی مکمل طور پر خشک ہو جائے۔ نمک ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- فرینگ پین میں ڈالڈا کو کنگ آئل کو تین سے چار منٹ گرم کریں اور باریک کٹی ہوئی پیاز اور کٹے ہوئے لہسن کے جوڑے کو سنہرا فرائی کر لیں
- آخر میں اس میں زیرہ ڈال کر کڑکڑا لیں اور تیار کئے ہوئے قیے پر بگھار لگا دیں۔ پیسا ہوا گرم مصالحہ چمڑک کر چار سے پانچ منٹ کے لئے دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس منہرہ دوش کا مادہ رمضان میں پرانے یا پوریوں کے ساتھ حسب پسند سحر میں لطف اٹھائیں۔

آدھا کلو	ثابت لال مرچیں	آدھ سے دس عدد
ایک پیالی	سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
حسب ذائقہ	ثابت دھنیا	ایک کھانے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ	دہی	دو کھانے کے چمچ
چار سے چھ عدد	کس گرم مصالحہ پیسا ہوا	ایک چائے کا چمچ
دو عدد درمیان	ڈالڈا کو کنگ آئل	آدھی پیالی

اجزاء:

بر
چنے کی دال
نمک
پیسا ہوا
کس گرم مصالحہ
دو عدد درمیان

پریزنٹیشن: دس سے پندرہ منٹ
پریزنٹیشن: پین میں سے چالیس منٹ
پانچ سے چھ کے لئے

دال کا سترخوان



سحری اسپیشل

ترکیب:

- کلچہ کے چھوٹے ٹکڑے کر لیں اور انہیں دھو کر فریج میں رکھ دیں۔ ایک پیاز کو باریک کاٹ لیں اور ایک پیاز کو پیس کر رکھ لیں
- پیسن میں ڈالڈا کو ٹنگ آئل کو درمیان آج پر گرم کریں اور باریک کٹی ہوئی پیاز کو فرائی کرنے ڈالیں
- کلچہ پر نمک، اورک لہسن اور لال مرچ لگا کر رکھ دیں۔ پیاز سنہری ہونے لگے تو اس میں پیس ہوئی پیاز، ہلدی، دھنیا اور دی ڈال کر بھونیں
- مصالحے سے جب تیل علیحدہ ہونے لگے تو اس میں نمائرو ڈال کر بھونیں اور ساتھ ہی کلچہ بھی شامل کر دیں
- آج تیز کر کے اتنی دیر بھونیں کہ تیل علیحدہ ہو جائے (خیال رہے کہ کلچہ کو زیادہ پکے نہیں دینا ہے ورنہ وہ سخت ہو جائے گی)

پریزنٹیشن:

اس مزیدار کلچہ کو پوری پراٹھے کے ساتھ پیش کریں۔

پوری پراٹھے بنانے کے لئے:

آدھی پیالی میدے کو دو کھانے کے ٹیچ ڈالڈا VTF بنا ستی میں بھونیں۔ خوشبودارے پر اس میں ایک کھانے کا چمچ جینی ڈال کر ملا کر چوبیس سے اتار لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر ٹکڑی کا ٹیچ چلاتے ہوئے اس میں ایک انڈا ملا لیں۔ دو پیالی میدے میں چمکی بھر نمک ملا کر گوندھ لیں اور اس کے میڑے بنا لیں، ہر میڑے کے درمیان میں تھوڑا سا تیار کیا ہوا حلوہ رکھ کر بند کر دیں اور ہلکے ہاتھ سے تیل لیں۔ ان پراٹھوں کو پھیلے ہوئے فرائنگ پیسن میں گرم ڈالڈا VTF بنا ستی میں سنہری فرائی کر لیں۔

مصالحہ فرائی کلچہ

اجزاء:

کلچہ	آدھا کلو	ہلدی	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	پسا ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچ
اورک لہسن پسا ہوا	ایک کھانے کا چمچ	نمائرو	دو عدد درمیانے
پیاز	دو عدد درمیانے	دی	چار کھانے کے چمچ
پیس ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ	ڈالڈا کو ٹنگ آئل	آدھی پیالی

تیاری کا وقت: دس سے پندرہ منٹ
پکانے کا وقت: بیس سے پچیس منٹ
افراد: تین سے چار کے لئے

ڈال ڈال کا سترخوان



سحری اسپیشل

ملائی راجما

ترکیب:

- لوبیا کو صاف دھو کر گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں، پھر انھیں ابال کر گلا لیں (خیال رہے کہ یہ زیادہ نہ گلنے پائے)
- پیاز، نمٹار، ہرا دھنیا اور ہری مرچوں کو باریک کاٹ کر رکھ لیں۔ وہی اور کریم کو ملا کر پھیٹ لیں اور فریج میں رکھ دیں
- تین میں ڈالڈا کنولا آئل ڈال کر درمیانے آنچ پر گرم کریں اور اس میں اٹلی ہوئی لوبیا، کچلا ہوا اورک اور پسا ہوا دھنیا ڈال کر فرائی کریں
- تین سے چار منٹ فرائی کر کے نکال لیں، پھر اسی تیل میں پیاز کو ہلکا سا نرم ہونے تک فرائی کریں
- پیاز میں ہری مرچیں ڈال کر ایک سے دو منٹ فرائی کریں، پھر اس میں لال مرچ، ہلدی، نمک اور نمٹار ڈالیں اور اسے اتنی دیر بھونیں کہ نمٹار اچھی طرح گل جائے
- اس میں فرائی کیا ہوا لوبیا ڈال کر اچھی طرح بھونیں، پسا ہوا گرم مصالحہ اور کریم کا کچھ ڈال کر ہلکی آنچ پر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

پانچ سے سات منٹ بعد ڈش میں نکال کر باریک کٹا ہوا ہرا دھنیا چھڑکیں اور گرم گرم چپاتیوں کے ساتھ پیش کریں۔

لہجہ:	دو پیالی	نمٹار	دو عدد درمیانے
موسم:	حسب ذائقہ	دہی	تین چوتھائی پیالی
دور:	دراچ کا کلا	فریش کریم	آدھی پیالی
دور:	دو عدد درمیانے	پسا ہوا گرم مصالحہ	آدھا چائے کا چمچ
لہجہ:	ایک کھانے کا چمچ	ہری مرچیں	دو سے تین عدد
دور:	ایک چائے کا چمچ	ہرا دھنیا	آدھی گھی
دور:	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کنولا آئل	آدھی پیالی

باری کات: ایک گھنٹہ
پالے کات: آدھا گھنٹہ
چار سے پانچ کے لئے

دال کا دسترخوان



سحری اسپیشل

ترکیب:

- چکن کو جو کراس کی چھوٹی بونیاں کر لیں، پیاز اور ٹماٹر کو باریک چوب کر لیں
- بین میں دو کھانے کے چمچ ڈالیں فلاور آئل ڈال کر درمیان آج پر گرم کریں اور اس میں پیاز کو ہلکا سنہرا فرائی کر لیں
- پھر اس میں اد رک لہسن ڈال کر ایک سے دو سنت فرائی کریں۔ چکن کی بونیاں اور نمک ڈال کر ڈھک دیں
- درمیان آج پر پکاتے ہوئے جب چکن کی رنگت تبدیل ہونے لگے تو اس میں کٹے ہوئے ٹماٹر، پیپر کا، دھنیا اور ٹماٹر کا پیسٹ ڈال کر بھونیں
- چکن کی بونیوں کو ساتھ ساتھ کھلتے رہیں، یہاں تک کہ پانی اچھی طرح خشک ہو جائے اور چکن کا پیسٹ سا بن جائے۔ چوبلہ سے اتار کر خشک کرنے رکھ دیں
- ڈبل روٹی کے ساٹھ کواوون میں فوسٹ کر کے خشک کریں پھر چار میں بیس کر چکن میں ملا دیں۔ اس کچر کے لیے کباب بنائیں اور درمیان میں چنڈر چیز رکھ کر اچھی طرح دبا کر بند کر دیں
- دس سے پندرہ سنت فرج میں رکھنے کے بعد ڈالیں فلاور آئل میں سنہرے فرائی کر لیں

پریزنٹیشن:

حسب پسند چٹنی یا لٹاؤ کچپ کے ساتھ گرم گرم کباب کو پیش کریں۔

عربک کباب

اجزاء:

چکن بریسٹ	آدھا کلو	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	ایک چائے کا چمچ
اد رک لہسن پیسا ہوا	ایک کھانے کا چمچ	دو عدد درمیان
پیاز	دو عدد درمیان	ایک عدد
ٹماٹر	ایک عدد	دو کھانے کے چمچ
ٹماٹر کا پیسٹ	دو کھانے کے چمچ	

تیاری کا وقت: پینتیس سے چالیس منٹ
پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ
افراد: آٹھ سے دس عدد

ڈال ڈال کال سترخوان



سحری اسپیشل

سوکھا چکن

ترکیب:

- چکن کو صاف دھو کر رکھ لیں، پیاز اور ٹماٹر کو باریک کاٹ لیں
- ایک پیالے میں دہی، نمک، ادراک، لہسن، لال مرچ اور دھنیا ڈال کر ملائیں اور چکن کو اس سے میرینٹ کر کے رکھ دیں
- چکن کو تین میں ڈال کر درمیا نی آج پر پکے رکھ دیں۔ دہی کا پانی خشک ہو جائے اور چکن گلے پر آجائے تو بھون کر چوبے سے اتار لیں
- کڑا ہی میں ڈال ڈال کو گنگ آئل ڈال کر اس میں زیرہ اور کڑی نیپتہ ڈال کر کڑا لیں اور پیاز کو سنہری فرائی کر لیں
- پھر اس میں بھی ہوئی چکن ڈال کر فرائی کریں، ساتھ ہی کٹے ہوئے ٹماٹر اور باریک کٹی ہوئی مرچیں ڈالنے جائیں اور تیز آج پر چکن کو اس طرح کھلے ہوئے فرائی کریں کہ ہڈیاں الگ ہو جائے
- احتیاط سے ہڈیوں کو نکال کر چکن کو چوبے سے اتار لیں

پیریزنٹیشن:

اس مزیدار چکن کو پرائیڈوں کے ساتھ سحری میں یا ناشتے میں پیش کریں۔

ایک چائے کا چمچ	سفید زیرہ	آدھا کلو
آدھی پیالی	دہی	حسب ذائقہ
دو عدد درمیا نے	ٹماٹر	ایک کھانے کا چمچ
تین سے چار عدد	ہری مرچیں	دو عدد درمیا نی
حسب پسند	کڑی پتہ	ایک کھانے کا چمچ
چار کھانے کے چمچ	ڈال ڈال کو گنگ آئل	ایک چائے کا چمچ

اجزاء:

چکن
نمک
ادراک
لہسن
لال مرچ
زیرہ
کڑی پتہ
دھنیا

دس سے بارہ منٹ
ہفتیس سے چالیس منٹ
تین سے چار کے لئے

تیز آگ
گاہے آگ
اُبلنا

ڈالڈا کا دسترخوان



افطار اسپیشل

چٹنی چیز سمو سے

ترکیب:

- کانچ چیز کو چورا کر لیں اور اس میں نمک، بند گوبھی، لہسن، بادام، کالی مرچ، نہری مرچیں، ہرا دھنیا اور لیون کا رونا۔
- ڈال کر اچھی طرح ملا لیں اور کچھ دیر کے لئے فریج میں رکھ دیں
- ایک پیالی میں چار کھانے کے کچے چٹنی ڈال کر اس میں کارن فلائرا ملائیں۔ سموں کی پیلیوں کو درمیان سے لگا لیں اور ان پر برش کی مدد سے چٹنی لگا دیں
- چھوٹے سائز کے سمو سے بنا کر اس میں کانچ چیز کے تیار کئے ہوئے کچے کچے کر دیں
- تھوڑے سے میدے میں پانی ملا کر گاڑھی سی لٹی بنالیں اور اس سے انھیں اچھی طرح بند کر دیں۔ دس سے پندرہ
- کیلئے فریج میں رکھ دیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو کنگ آئل کو درمیان آئیج پر گرم کریں اور سموں کو اس میں سنہرے فرائی کر لیں

اجزاء:

کانچ چیز	ایک پیالی
ہری چٹنی	حسب ضرورت
بند گوبھی (باریک کٹی ہوئی)	آدھی پیالی
نمک	حسب ذائقہ
لہسن (باریک کٹا ہوا)	دو جوئے
کارن فلائرا	ایک کھانے کا کچ
بادام (باریک کئے ہوئے)	چھ سے آٹھ عدد
کالی مرچیں پسپی ہوئی	آدھا چائے کا کچ
نہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	دو سے تین عدد
ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)	آدھی گٹھی
لیون کا رس	دو کھانے کے کچ
سمو سے کی پٹیاں	دس سے بارہ عدد
ڈالڈا کو کنگ آئل	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ

افراد: دس سے بارہ عدد



افطار اپیشل

کرپی فرائیڈ بینگن

ترکیب:

- کے موئے قتلے کاٹ لیں، اور انہیں نمک ملے ٹھنڈے پانی میں رکھ دیں
- بڑے پیالے میں میدہ اور کارن فلاؤڈ ال کر ملائیں اور اس میں نمک، بیکنگ پاؤڈر اور بیکنگ سوڈا ڈال دیں
- کچر کو ایکسٹرک بیٹر سے دو سے تین منٹ تک پھینٹیں پھر اسے دو حصوں میں تقسیم کر لیں
- میدے کے ایک حصے میں انڈا، لال مرچ اور تھوڑا تھوڑا آج ٹھنڈا پانی ڈالتے ہوئے پھینٹیں اور اس کا گڑھا سا آمیزہ تیار کر کے رکھ لیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کنولا آئل کو درمیانی آگ پر گرم کرنے رکھیں
- بینگن کے قتلوں کو پہلے پانی والے آمیزے میں تھپڑیں پھر خشک میدے میں رول کریں اور کڑا ہی میں تلنے کے لئے ڈال دیں
- اچھے سے منبرے فرائی کر کے نکال لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم خستہ فرائی کئے ہوئے بینگن کے پتلوں کو اٹلی کی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

آدھا چائے کا چمچ	بیکنگ سوڈا	آدھا کلو
آدھا چائے کا چمچ	بیکنگ پاؤڈر	حسب ذائقہ
ایک عدد	انڈا	ایک کھانے کا چمچ
حسب ضرورت	ڈالڈا کنولا آئل	ایک پیالی
		آدھی پیالی

دس سے پندرہ منٹ
دس سے بارہ منٹ
چار سے پانچ کے لئے

اجزاء:
دال بینگن
دال
کڑا ہی میں مرچ
میدہ
آدھی پیالی

تیار کرنے کا وقت:
پکانے کا وقت:
آپنا

ڈالڈا کا سترخوان



افطار اسپیشل

کرپسی بینز اور فروٹ چاٹ

ترکیب:

- لوبیاں کو دھو کر آدھے گھنٹے کے لئے گرم پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ پھر ابال کر نکالیں
- ایک پیالے میں نمک، کالی مرچ، چینی اور لیموں کا رس ڈال کر رکھ لیں
- کیلے، آم، سیب اور خرپوزے کو چھیل کر چھوٹے ٹکڑے کر لیں اور مصلے لچے والے پیالے میں ڈال دیں
- انگور کے درمیان سے دو ٹکڑے کر کے ڈال دیں اور لوبیا کو اچھی طرح ٹھنڈا کر کے اس میں ڈال دیں
- سمو سے کی بیجوں کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں اور ڈالڈا کو گنگ آئل میں سنہرے فرائی کر کے رکھ لیں

پریزنٹیشن:

روٹج کی مدد سے فروٹ چاٹ کو ہلکے ہاتھ سے ملائیں اور ٹھنڈا کر کے اس میں فرائی کی ہوئی کرپسی سمو سے کی بیجوں کے ساتھ ایک مندر لطف اٹھائیں۔

اجزاء:

لال لوبیا	ایک پیالی	نمک	حسب ذائقہ
کیلے	تین عدد	لیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
خرپوزہ	ایک پیالی	کالی مرچ کٹی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
آم	ایک عدد	چینی	ایک چائے کا چمچ
سیب	دو عدد	سمو سے کی بیجیاں	پانچ سے چھ عدد
انگور	ایک پیالی	ڈالڈا کو گنگ آئل	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ

افراد: چار سے پانچ کے لئے

اجزاء:

پاکستان
اسلام آباد
گورنمنٹ
پرائمری اسکول
بدر کوئی
کوتہ
جری خانہ
لاہور

چکن کو دھو کر اس کی چھوٹی ہونیاں کر لیں اور اس میں نمک اور لہسن ڈال کر ہلکی آچ پر پختہ رکھ دیں
جب چکن کا پانی خشک ہونے پر آجائے تو اس میں دیکھ کھانے کا سبب ڈالڈال کو ٹنگ آئل ڈال کر اسے تیز آچ پر فرائی کریں
پھر اس میں ابلے ہوئی اسٹیکسٹی، باریک کٹی ہوئی بند گوجی، ہری پیاز اور داغڑا ل کر فرائی کریں
آخر میں چولہے سے اتارتے ہوئے اس میں کالی مرچ، سفید مرچ، سرکہ، سویا ساس اور کارن فیلڈا ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
اس کچرہ کو ہٹھنڈا ہونے پر ردل کی پیٹوں کے درمیان میں رکھیں اور اچھی طرح دبا کر ردل کر لیں۔ دو تھچ میدے میں
تھوڑا سا پانی ملا کر لٹی سی بنا لیں اور اس سے ردل کو کناروں سے چپکا کر بند کر دیں
کڑا ہی میں ڈالڈال کو ٹنگ آئل کو گرم کر کے ان روز کو سنہرے فرائی کر لیں

افطار یا شام کی چائے کے وقت ان روز کو چٹنی یا کچپ کے ساتھ گرگرم پیش کریں اور کیریوں کے موسم میں ساتھ میں شہدے بنے سے لطف اٹھائیں۔

ایک کلو کیریوں کو صاف دھو کر چھیل لیں اور کھلی نکال کر چھوٹے ٹکڑے کر لیں۔ انھیں تین پیالی پانی میں ڈال کر ابال لیں اور تھوڑا سا ٹھنڈا ہونے پر بلینڈر میں بلینڈ کر لیں۔ پھر اس میں تین پیالی چھنی اور چکنی بھرز رو سے کارنگ ڈال کر دس سے بارہ منٹ مزید پکا لیں اور ٹھنڈا ہونے پر ایسر ٹائٹ ڈبے میں ڈال کر فریج میں رکھ لیں۔ استعمال کے وقت آدھا گلاس پینا میں آدھا گلاس پانی اور برف ملا کر چکنی بھر کا لائمنگ اور پوسٹے کے سیتے کے ساتھ پیش کر سں۔



افطار اسپیش

میکرونی چاٹ

اجزاء:

میکرونی	ایک پیالی	چاٹ مصالحہ	ایک چائے کاجج
نمک	حسب ذائقہ	بری مرچیں	دو سے تین عدد
سفید پنے	ایک پیالی	ہرا دھنیا	آدھی گٹھی
آلو	دو عدد درمیانے	اٹلی کی پٹنی	حسب پسند
سیب	ایک عدد	سادہ آنا	ایک پیالی
چینی	ایک چائے کاجج	ڈالدا کوکنگ آئل	حسب ضرورت
لیموں کا رس	دو کھانے کے کچج		

تیاری کا وقت: بیسٹیس سے چالیس منٹ

پکانے کا وقت:

افراد: پانچ سے چھ کے لئے

ترکیب:

- چنوں کو دھو کر گرم پانی میں بھگو دیں، پھر آلو، میکرونی اور چنوں کو علیحدہ علیحدہ ابال لیں
- آلوؤں کو چھیل کر چھوٹے ٹکڑے کر لیں، سیب کے بھی چھوٹے ٹکڑے کریں اور اس پر چینی اور لیموں کا رس چھڑک کر رکھ لیں
- سیب کے پیالے میں میکرونی، پنے، آلو، باریک کٹی ہوئی بری مرچیں، ہرا دھنیا اور نمک ڈال کر ہلکے ہاتھ سے مالیں اور فریق میں رکھ دیں
- پوریاں بنانے کے لئے آٹے میں نمک اور ایک کھانے کا کاجج ڈالدا کوکنگ آئل ڈال کر نرم گوندھ لیں
- پھر اس کی چھوٹی چھوٹی پوریاں تیل کر گرم ڈالدا کوکنگ آئل میں سنہری فرائی کر لیں

پریزنٹیشن:

ہر پوری پر ایک کھانے کا کاجج چاٹ رکھ کر اوپر سے چاٹ مصالحہ چھڑکیں اور اٹلی کی پٹنی ڈال کر پیش کریں۔

دال کا استرخوان



خطا پیش

جھنگے والے آلو بوٹے

ترکیب:

- جھنگوں کو صاف دھو کر رکھ لیں، نمک، لال مرچ اور دو کھانے کے چمچ لیموں کے رس کو ملائیں اور اس سے جھنگوں کو سیرینٹ کر کے رکھ دیں
- آلوؤں کو بال کر چھیل کر میٹھ کر لیں۔ دھنیا اور زیرہ سے کوہکا سا بھون کر کوٹ لیں
- پھر آلوؤں میں باریک کٹی ہوئی ہری مرچیں، ہرا دھنیا، نمک، کٹا ہوا دھنیا، زیرہ اور لیموں کا رس ڈال کر ملا لیں
- فریجک چین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا کو لگ آئل ڈال کر گرم کریں اور اس میں جھنگے ڈال کر تیز آگ پر اتنی دیر فرائی کر دیں کی رنگت سنہری ہو جائے
- آلو کے تیار کئے ہوئے کچھر کے گولے بنائیں اور ان کے درمیان میں دو سے تین جھنگے رکھ کر اچھی طرح بند کر دیں
- میدہ یا مین میں ہلدی، نمک اور کالی مرچ ڈال کر ملائیں اور تھوڑا تھوڑا پانی ڈالتے ہوئے گاڑھا پیسٹ بنالیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو لگ آئل کو گرم کریں اور آلو بوٹوں کو پیسٹ یا میدہ کے آمیزے میں لٹھیر کر سنہرے فرائی کر لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم منفرد آلو بوٹوں کو ملی کی چٹنی اور ہری چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

200 گرام	سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
چار عدد درمیانے	مین یا میدہ	ڈیڑھ پیالی
حسب ذائقہ	کالی مرچ کٹی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ	ہری مرچیں	چار سے چھ عدد
ایک چائے کا چمچ	ہرا دھنیا	آدھی گٹھی
آدھا چائے کا چمچ	لیموں کا رس	چار کھانے کے چمچ
ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کو لگ آئل	حسب ضرورت

اجزاء:

نمک

زیرہ

نمک

نمک

نمک

نمک

نمک

پزنی کوٹ: آدھا گٹھ

پزنی کوٹ: دس سے پندرہ منٹ

پزنی کوٹ: دس سے پندرہ منٹ

ڈالڈا کا سترخوان



چکن بریڈ پکوڑے

اجزاء:	تین عدد	برادھنیا	دو کھانے کے چمچ
ڈبل روٹی کے سلائسر	200 گرام	انڈا	ایک عدد
چکن کا تیلہ	حسب ذائقہ	نہیں	دو کھانے کے چمچ
نمک	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کو لگائے	حسب ضرورت
پسا ہوا لہسن	ایک چائے کا چمچ		
کالی مرچ پس ہوئی			

ترکیب :-

- ہر سلائس کو لمبائی میں تین حصوں میں کاٹ لیں
- تیلے میں نمک، لہسن، کالی مرچ، ہارڈ ایک کٹا ہوا ہرا دھنیا اور تین ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- پہلے ڈبل روٹی کے ہر ٹیسی پر پھینٹا ہوا ڈالڈا لگائیں اور اس پر تیلے کا کچھ پھیلا کر گادیں اور ان کو دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- فرائنگ بین میں ڈالڈا کو لگائے کو گرم کریں اور ان میں کچھ لگے ہوئے تیلے کی طرف سے فرائی کرنے ڈالیں
- ایک طرف سے سہرا ہونے پر پلٹ کر دوسری طرف سے سہرا فرائی کر لیں
- پریزنٹیشن: گرم گرم پلیٹ میں نکال کر انظار پر کچپ کے ساتھ پیش کریں۔

تیاری کا وقت: تیس سے پچیس منٹ
پکانے کا وقت: آٹھ سے دس منٹ
افراد: نو عدد

اجزاء:

کچ چیز	200 گرام	لیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
میدہ	ایک پیالی	بادام	چھ سے آٹھ عدد
چاول کا آٹا	آدھی پیالی	انڈے کی سفیدی	ایک عدد
نمک	حسب ذائقہ	ہری مرچیں	دو عدد
لہسن کا پاؤڈر	آدھا چائے کا چمچ	برادھنیا	دو کھانے کے چمچ
کالی مرچ گدڑی پس ہوئی	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کا رس	حسب ضرورت
کئی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ		

ترکیب :-

- بادام اور ہری مرچوں کو کوٹ لیں اور اس میں نمک، لہسن، کالی مرچ اور لیموں کا رس ڈال کر ملا لیں
- اس کچھ کو کالچ چیز میں ڈال کر ہتھیلیوں کی مدد سے اچھی طرح ملا لیں اور چوکور پلیٹ میں دبا کر لگائیں۔ دس سے پندرہ منٹ فریج میں رکھ کر اس کے چوکور ٹکڑے کاٹ لیں
- انڈے کی سفیدی کو اچھی طرح پھینٹ لیں اور اس میں میدہ، چاول کا آٹا، نمک، لال مرچ اور ہارڈ ایک کٹا ہوا ہرا دھنیا ڈال کر ملا لیں۔ نھنڈا پانی ڈالتے ہوئے گاڑھا سا آمیزہ بنالیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کا رس لگا کر گرم کریں اور اس میں ہنیر کے ٹکڑوں کو ڈالتے ہوئے سہری فرائی کر لیں
- پریزنٹیشن: ان مزیدار اور صحت بخش پکوڑوں کو گرم گرم پلیٹر میں نکال کر حسب پسند چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔
- تیاری کا وقت: تیس سے پچیس منٹ پکانے کا وقت: دس سے پندرہ منٹ افراد: بارہ سے پندرہ عدد

بنیر پکوڑے



ڈالڈا کا سترخوان



شروباتِ رمضان

ذائقے کا شربت بنانے کے لئے:

آدھا لیٹریں کو صاف دھو کر فریج میں رکھ دیں۔ اچھی طرح ٹھنڈے ہونے پر انھیں بلینڈر میں ڈال کر دو سے تین منٹ کے لئے بلینڈ کریں۔ پھر اسے قیہ چھاننے والی چھلکی سے چھان لیں۔ دوبارہ سے بلینڈر میں ڈالیں اور اس میں حسب ذائقہ پائرسٹک کمانے کے چمچ چینی، آدھا چائے کا چمچ کالی مرچ اور ایک چمچ کالی کالا نمک شامل کریں اور کئی ہوتی برف ڈال کر بلینڈ کریں۔

کیوری کا ڈرنک بنانے کے لئے:

ایک لیٹریں کو صاف دھو کر فریج میں رکھ دیں۔ دو گلاس دودھ، ایک پیالی فریش کریم اور دو گلاس پاؤڈر یا کریم چیز اور دو گلاس پائرسٹک کمانے کے چمچ چینی چمچ فریج میں رکھ کر چمچ ٹھنڈا کر لیں۔ پہلے کیوری کو بلینڈر میں ڈال کر آپت سے دو منٹ بلینڈ کریں پھر باقی تمام چیزیں ڈال کر بلینڈ کر لیں۔

اسٹرابیری اسموڈھی بنانے کے لئے:

ایک پیالی فریش کریم یا دہی، ایک کھانے کا چمچ خشک دودھ کا پاؤڈر یا کریم چیز اور دو گلاس پائرسٹک کمانے کے چمچ شہد ڈال کر بلینڈ کر لیں۔ گلاس میں نکال کر اس میں حسب پسند رنگ شامل کر دیں۔

بینگو لسی بنانے کے لئے:

ایک لیٹریں کو صاف دھو کر فریج میں رکھ دیں۔ دو گلاس دودھ، ایک پیالی فریش کریم یا دہی، ایک کھانے کا چمچ خشک دودھ کا پاؤڈر یا کریم چیز اور دو گلاس پائرسٹک کمانے کے چمچ چینی ڈال کر کمانے سے یا ایکٹرک بیٹر کی مدد سے شربت بنائے گئے آٹم کا گودا ڈال کر ہلکا سا بھینٹیں اور اس میں تھوڑا تھوڑا دہی کا کسچر ڈال لیتے ہوئے بھینٹتے رہیں۔ جب تمام چیزیں یکجا ہو جائے تو اس میں حسب پسند کئی ہوتی برف ڈال دیں۔ اسے گلاس میں نکال کر اوپر سے تھوڑا کچا آٹم یا دہی چمک کر پیش کریں۔

ہو بہر نشیمن:

نہیں کیا نگاہ کے وقت ٹھنڈے تھار مشروبات کا لطف اٹھائیں

اسپاگسی ایکلرز

اجزاء:

میدہ	دو پیالی	اجوائن	آدھا چائے کا چمچ
انڈے	تین عدد	پارسلے	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	چلی ساس	دو کھانے کے چمچ
کئی ہوئی کالی مرچ	آدھا چائے کا چمچ	پانی	ایک پیالی
کئی ہوئی لال مرچ	آدھا چائے کا چمچ	ڈالڈا کوکنگ آئل	آدھی پیالی + تلنے کے لئے

ترکیب:

- کڑا ہی میں آدھی پیالی ڈالڈا کوکنگ آئل اور پانی ملا کر بالے کے لئے رکھ دیں
- ابالے پر آٹے پر آٹے کی ہلکی کر کے اس میں تھوڑا تھوڑا میدہ شامل کرتے جائیں اور کڑی کے چمچ سے کس کرتے جائیں
- میدہ خشک ہو کر اچھی طرح بجھتی ہوئی شکل میں آجائے تو چوبیسے سے اتار کر ٹھنڈا کرنے رکھ دیں
- ٹھنڈا ہونے پر اس میں الیکٹرک بیٹرنگ اسپینڈر چلاتے جائیں اور ایک ایک کر کے انڈا شامل کرتے جائیں
- تینوں انڈے شامل کرنے کے بعد اس میں نمک، کالی مرچ، لال مرچ، اجوائن، پارسلے اور چلی ساس ڈال کر ملا لیں
- کڑا ہی میں ڈیپ فرائی کرنے کے لئے ڈالڈا کوکنگ آئل ڈالیں اور درمیانی آٹے پر تین سے چار منٹ گرم کر لیں
- میدے کے ٹھنڈے کئے ہوئے بکچر کو پائپنگ بیگ میں بھر کر کڑا ہی میں eclairs کی شکل میں ڈالتے جائیں اور سنہری فرائی کر کے نکال لیں

پریزنٹیشن: یہ چھوٹے چھوٹے اسپاگسی الیکٹرک زشام کی چائے پر بھی مزد دیں گے اور اظفار کے وقت تو چینیوں کے ساتھ ان کا لطف دو بالا ہو جائے گا۔

تیاری کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ
پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ
افراد: بیس سے پچیس عدد

اجزاء:

میدہ	دو پیالی	سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
بھنا ہوا قہر	ایک پیالی	ڈالڈا VTF باپتی	حسب ضرورت
نمک	حسب ذائقہ		

ترکیب:

- بھنا ہوا قہر تیار کرنے کے لئے ایک پیالی قہر میں ایک بار یک چوب کی ہوئی پیاز، ایک چائے کا چمچ ہوا اور کھنسن، ایک چائے کا چمچ کئی ہوئی لال مرچ، آدھا چائے کا چمچ بلدی اور ایک نمائندہ ڈال کر پکے رکھ دیں
- ہلکی آٹے پر پکاتے ہوئے جب قہر کا اپنا پانی خشک ہونے پر آجائے تو ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF باپتی ڈال کر اچھی طرح بھون لیں
- چوبیسے سے اتار کر ٹھنڈا کرنے رکھ دیں
- میدے میں نمک، زیرہ اور ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF باپتی ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- پھر اس میں بھنا ہوا قہر ڈال کر ملا لیں اور تھوڑا تھوڑا بخ ٹھنڈا پانی ڈالتے ہوئے گوندھ لیں۔ پلاسٹک میں لپیٹ کر دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- پھر اس میدے کو تیل کر چھری سے نمک پارے کاٹ لیں اور کڑا ہی میں گرم ڈالڈا VTF باپتی میں سنہرے فرائی کر لیں

پریزنٹیشن: ان منفرد نمک پاروں کو امی کی چٹنی کے ساتھ اظفار یا شام کی چائے پر پیش کریں۔
تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ فریجنگ کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ افراد: چار سے چھ کے لئے





اسٹفڈ منس رولز

ترکیب:

- گہرے تسے میں دونوں طرح کا آٹا نمک، لال مرچ، آدھا چائے کا چمچ گرم مصالحہ اور دو کھانے کے چمچ ڈالدا کو گنگ آئل ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور سادہ پانی کی مدد سے نرم گوندھ لیں۔ ٹمبل کے ٹیلے کپڑے میں پھیلت کر پندرہ سے بیس منٹ کے لئے رکھ دیں
- حقے کو صاف دھو کر پین میں ڈالیں اور اس میں نمک، باریک چوپ کی ہوئی پیاز، اورک لہسن اور آدھی پیالی پانی ڈال کر پکینے رکھ دیں
- جب پانی خشک ہونے پر آجائے تو اس میں باریک کٹی ہوئی ہری مرچیں اور گرم مصالحہ ڈال کر ملائیں اور کارن فلاور کو دو چمچ پانی میں گھول کر ملا لیں۔ اچھی طرح کس کر کے چولہے سے اتار لیں
- گندھے ہوئے آٹے کے چھوٹے چھوٹے بیڑے بنالیں اور ان کو پوری کی طرح تیل کر موٹی سیخ پر رول کرویں
- کڑا ہی میں ڈالدا کو گنگ آئل کو گرم کریں اور اس میں رول کو ہلکا سا سرخا فرائی کریں پھر ٹھنڈا کر کے احتیاط سے سیخ پر سے اتار لیں اور دوبارہ سے کڑا ہی میں ڈالیں تاکہ اندر تک اچھی طرح فرائی ہو جائے

پریزنٹیشن:

ان رولز میں تیار کئے ہوئے حقے کو بھر دیں اور چٹنی اور کچپ کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء:

200 گرام	پس ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
حسب ذائقہ	گرم مصالحہ پسا ہوا	ڈیڑھ چائے کا چمچ
ایک کھانے کا چمچ	کارن فلاور	ایک کھانے کا چمچ
ڈیڑھ پیالی	ہری مرچیں	چار سے چھ عدد
آدھی پیالی	ڈالدا کو گنگ آئل	حسب ضرورت
ایک عدد درمیاں		

پس کا لٹھ: بیس سے پچیس منٹ
آٹا کات: بیس سے پچیس منٹ
پارہ سے پندرہ عدد

ڈالڈا کال سترخوان



آلو بڑے فرائیڈ سینڈویچ

ترکیب:

- آلوؤں کو ابال کر چمیل کر پیش کر لیں، ہری مرچیں اور ہر ادھیا باریک کاٹ کر رکھ لیں
- ہر اصلاہ نمک، کالی مرچ اور لیموں کے رس کو آلوؤں میں ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- ذیل روٹی کے ایک سلاخ پر آلو کے مکچر کو پیسٹ کریں اور اس پر دوسری سلاخ کو رکھ کر اچھی طرح دبا دیں
- اس سینڈویچ کو چار چوکور ٹکڑوں میں کاٹ لیں، انڈے کی سفیدیوں کو پھینٹ کر اس میں نمک اور کالی مرچ ڈالیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا اس فلاؤر آئل کو درمیانی آنچ پر گرم کریں اور سینڈویچ کو پھینٹ کر پھینٹ لیں اور انڈے کی سفیدی میں ڈپ کر کے سترے فرائی کر لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم مزیدار سینڈویچ کا پودینے کی چٹنی کے ساتھ لطف اٹھائیں۔

اجزاء:

آلو	دو عدد درمیانے	ہر ادھیا	چار کھانے کے چمچ
ذیل روٹی کے سلاخ	پانچ سے چھ عدد	لیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
نمک	حسب ذائقہ	انڈے کی سفیدی	دو عدد
کالی مرچ کی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ	ڈالڈا اس فلاؤر آئل	حسب ضرورت
ہری مرچیں	تین سے چار عدد		

تیاری کا وقت:	بیس سے پچیس منٹ
فرمائش کا وقت:	دس سے بارہ منٹ
تعداد:	دس سے بارہ عدد



ترکیب:

- پالک کے ڈھنسل کھول کر صاف دھو لیں اور انہیں ابلتے ہوئے پانی میں تین سے چار منٹ رکھ کر صفی پانی میں ڈال دیں۔ چھلنی میں رکھ کر اچھی طرح خشک کر لیں اور ڈھنسل کاٹ کر پالک کے پتوں کو باریک چوب کر لیں
- بین میں مارجرین یا مکھن ڈال کر پگھلا لیں اور اس میں باریک چوب کی ہوئی پیاز اور لہسن ڈال کر دو سے تین منٹ فرائی کریں
- پھر نمک، کالی مرچ اور کش کئے ہوئے آلو ڈال کر بالکی آٹھ پر ڈھک دیں۔ آلو گھنے پر آجائے تو پالک ڈال کر اچھی طرح بھون کر اتار لیں اور کٹی ہوئی لال مرچ چھڑک دیں
- بین کیک بنانے کے لئے انڈے کی سفید یوں میں آدھی پیالی پانی ملا کر پھینٹ لیں، اس میں تھوڑا تھوڑا کر کے چاول کا آٹا اور نمک ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- نان اسٹک فرائنگ بین کو گرم کر کے اس میں ڈالڈا کو گنگ آئل لگا لیں اور تھوڑا سا بین کیک کا آمیزہ ڈال کر پھینا لیں
- ایک منٹ پکا کر جب کناروں سے اٹھنے لگے تو پلٹ کر آدھا منٹ پکائیں اور فرائنگ بین سے نکال لیں
- اسی طرح سے بین کیک تیار کر کے ان کے درمیان بین پالک کا آمیزہ رکھ کر ان کو فلفل کر لیں
- اودن کو 180°C پر گرم کر لیں اور بین کیک کو اودن پر فلفل ڈالیں اور پکھڑا کر دیں
- دس سے پندرہ منٹ بیک کر کے نکال لیں اور باریک کٹا کھجور اور ادھیا چھڑک دیں

پریزنٹیشن: یہ گرم گرم مزیدار بین کیک شام کی چائے پر یا افطار کے وقت بہت مزہ دیں گے۔

اسپیج بین کیک

آدھا چائے کا چمچ	کالی مرچ پس ہوئی	آدھا کلو
آدھی پیالی	چیز چز	ایک پیالی
آدھی گھی	برادھیا	ایک عدد درمیانہ
دو سے تین عدد	تازہ لال مرچ	حسب ذائقہ
ایک کھانے کا چمچ	مارجرین یا مکھن	ایک چائے کا چمچ
حسب ضرورت	ڈالڈا کو گنگ آئل	ایک عدد درمیانہ

دو عدد

آدھا گھنٹہ

آدھا گھنٹہ

چار سے چھ عدد

اجزاء:

پالک

پالک کا آٹا

او

ایک

پندرہ

دس

دس سے تین عدد

دو عدد

آدھا گھنٹہ

آدھا گھنٹہ

چار سے چھ عدد

تعداد

ڈالڈا کا سترخوان



کھڑا فرائیڈ چکن

ترکیب:

- چکن کو صاف دھو کر چھلکی میں رکھ کر خشک کر لیں۔ دھنیا اور زیرے کو توڑے پر ہلکا سا بھون کر مونا کوٹ لیں
- پیاز کو باریک چوب کر کے وہی میں ملائیں اور ساتھ ہی نمک، ادراک، لہسن، لال مرچ اور کٹا ہوا دھنیا زیرہ ڈال کر مالیں
- چکن کو اس کسیر میں ڈال کر ملائیں اور درمیانی آگ پر پکے رکھ دیں، دس سے بارہ منٹ پکانے کے بعد ڈھکن کھول کر تیز آگ پر چکن کا پانی خشک کر لیں
- چکن کے ٹکڑوں کو پھیلا کر اچھی طرح ٹھنڈے کر لیں
- انڈوں کو بیٹھ کر اس میں چنگی بھر نمک اور کالی مرچ شامل کر دیں اور گہری پلیٹ میں ڈبل روٹی کے چورے کو نکال کر رکھ لیں
- چکن کے ٹکڑوں کو پہلے انڈے میں ڈپ کریں پھر اچھی طرح ڈبل روٹی کے چورے میں لتھیر کر رکھ لیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو کنگ آئل کو درمیانی آگ پر گرک کریں اور چکن کو سنہری خرابی کر کے نکال لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم خرابی کی ہوئی چکن کو حسب پسند چٹنیوں کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء:

چکن	ایک کلو	سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	کالی مرچ کٹی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ادراک لہسن پیسا ہوا	ایک کھانے کا چمچ	دہی	چار کھانے کے چمچ
پیاز	ایک عدد	انڈے	دو عدد
پسی ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ	ڈبل روٹی کا چورا	حسب ضرورت
ثابت دھنیا	ایک کھانے کا چمچ	ڈالڈا کو کنگ آئل	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

پکانے کا وقت: دس سے بارہ منٹ

افراد: پانچ سے چھ کے لئے

دال کا سترخوان



کالے چنے کا پلاؤ

ترکیب:

- چنوں کو صاف دھو کر گرم پانی میں بھگو دیں اور اس میں بیٹھا سو ڈال دیں، دو گھنٹے کے بعد اس پانی کو پھینک کر تین پیالی گرم پانی ڈال کر چنوں کو بال کراچی طرح گلائیں
- چاولوں کو دھو کر پندرہ سے تین منٹ بھگو کر رکھ دیں، پیاز کو باریک کاٹ لیں
- بین میں ڈالڈا کو ٹنگ آئل کو درمیانی آگ پر دو سے تین منٹ گرم کریں اور اس میں پیاز کو سبھاڑائی کر لیں
- آدھی پیاز نکال کر پھیلا کر رکھ دیں اور بقیہ پیاز میں لہسن اور زیرہ ڈال کر ایک سے دو منٹ خرائی کریں۔ پھر اس میں چنے، لال مرچ اور دہی ڈال کر بھونیں
- چاولوں کو پانی سے نکال کر اس مصالحے کے ساتھ بھونیں اور تین سے چار پیالی پانی اور نمک ڈال دیں۔ اچھی طرح ملا کر درمیانی آگ پر پکے رکھ دیں
- پانی خشک ہونے پر دو پارہ سے ملا کر اوپر سے تلی ہوئی پیاز چھڑک دیں۔ ہلکی آگ پر پانچ سے سات منٹ دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس مزیدار اور مختلف سی ڈش کو آلو بخارے کی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔ اس کا ذائقہ اور غذائیت بڑھانے کے لئے اس میں 200 گرام پاتھ کا کنا ہوا قیر بھی شامل کیا جاسکتا ہے۔

اجزاء:

دو عدد درمیانی	پیاز	ڈیڑھ پیالی
ایک چائے کا چمچ	کٹی ہوئی لال مرچ	تین پیالی
ایک چائے کا چمچ	زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
آدھی پیالی	دہی	حسب ذائقہ
چار کھانے کے چمچ	ڈالڈا کو ٹنگ آئل	آدھا چائے کا چمچ

کالے چنے
پیاز
لہسن کٹا ہوا
نمک
بیٹھا ہوا

تیاری کا وقت: ایک گھنٹہ

پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ

الفاظ: چار سے پانچ کے لئے

ڈالڈا کا سترخوان



مینگو مال پورہ

اجزاء:

میدہ	ایک پیالی	دودھ	آدھی پیالی
کھویا	ایک پیالی	چینی	آدھی پیالی
آم	دو عدد	زعفران یا زردے کا رنگ	ایک چمچی
انڈے	دو عدد	فریش کریم	حسب پسند
نمک	چمکی بھر	ڈالڈا VTF بنا سٹی	حسب ضرورت

ترکیب:

- کھوئے کو چورا کر لیں اور اس میں تھوڑا تھوڑا کر کے میدہ اور انڈا ڈالتے جائیں۔ پھر اس میں نمک، زردے کا رنگ اور دودھ ڈال کر آمیزہ تیار کر لیں، ڈھک کر دس سے پندرہ منٹ کے لئے گرم جگہ پر رکھ دیں
- آم کو صاف دھو کر ایک آم کا رس نکال لیں اور ایک آم کے خوبصورت سے ٹکڑے کاٹ کر رکھ لیں
- چینی اور آم کے رس کو اچھی طرح ملا کر ہلکی آگ پر پکانے رکھیں اور اس دوران صاف توے یا فرائینگ چین میں برش کی مدد سے ڈالڈا VTF بنا سٹی لگا کر درمیانی آگ پر رکھ دیں
- تیار کئے ہوئے میدے کے آمیزے کو ایک مرتبہ چھینٹ لیں اور آدھی پیالی بھر کر فرائینگ چین میں پھیلا کر ڈال دیں
- دو سے تین منٹ بعد جب ایک طرف سے سنہرا ہو جائے تو پلٹ کر دوسری طرف سے سنہرا کر لیں۔ اسی طرح سارے مالپورے چین کی ایک کی طرح بنا کر رکھ لیں
- چینی کا شیرہ گاڑھا ہونے پر آجائے تو چوبے سے اتار لیں

پریزنٹیشن:

مال پورے کو پلیٹ میں بجا کر اوپر سے گرم چینی کا شیرہ ڈال دیں۔ کریم اور آم کے ٹکڑوں کے ساتھ بجا کر پیش کریں۔

تیاری کا وقت: دس منٹ
پکانے کا وقت: بیس سے پچیس منٹ
تعداد: تین سے چار عدد



فریش فروٹ فلیمب

ترکیب:

- پھلوں کو صاف دھو کر چھیل کر کاٹ لیں اور ان میں انٹاس کے ٹکڑے اور آئسنگ شوگر ملا کر ڈھک کر رکھ دیں
- بھاری پیوندے کے پین میں چینی ڈال کر ہلکی آگ پر پگھلا لیں۔ کٹے ہوئے پھل ڈال کر ٹکڑی کے چمچ سے اچھی طرح ملا لیں
- پھر اس میں مارجرین یا مکھن اور کیوٹو کارس شامل کر دیں اور اس کو تین سے چار منٹ پکا لیں
- آخر میں اس میں سرکہ اور وینلا ایسنس ڈال کر چوبلیے سے اتار لیں

پریزنٹیشن:

ہر پیالی میں آئسکریم ڈال کر اوپر سے گرم گرم فروٹ فلیمب ڈال کر پیش کریں۔

اجزاء:

ایک کھانے کا چمچ	آئسنگ شوگر	دو عدد
دو کھانے کے چمچ	سرکہ	دو عدد
آدھا چائے کا چمچ	وینلا ایسنس	ڈیڑہ پیالی
حسب پسند	آئسکریم	ایک پیالی
ایک کھانے کا چمچ	مارجرین یا مکھن	دو کھانے کے چمچ

تاری کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ

پائے کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

پانچ سے چھ کے لئے

ڈال ڈال کا سترخوان



ڈپش بالز

ترکیب:

- کھجوروں کو چیرا کر ان کے بیج نکال لیں، پھر انہیں دھو کر چین میں ڈالیں اور آدھی پیالی پانی ڈال دیں
- ہلکی آگ پر اتنی دیر پکائیں کہ اچھی طرح گل جائیں۔ چوبیس سے اتار کر انہیں ٹکڑی کے چمچ سے میٹھ کر لیں اور ساتھ ساتھ دودھ کا پاؤ ڈر مالتے جائیں
- بادام پستوں کو باریک کوٹ لیں اور اس میں ذیل روٹی کا چور ملا کر رکھ لیں
- کھجور کے مکچر کے دو چمچ ہاتھ میں لے کر اس کا گولہ بنالیں اور اس کے درمیان میں ایک چائے کا چمچ کانچ چیز رکھ کر اسے بند کر دیں
- ان گولوں کو بادام پستوں میں رول کر کے فریج میں رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس مزیدار اور غذائیت سے بھرپور ڈیشے کا ستر و افطار میں لطف اٹھائیں۔

اجزاء:

- کھجور
- خشک دودھ کا پاؤ ڈر
- کانچ چیز
- بادام پستے
- ذیل روٹی کا چورا
- آدھا کلو
- چار کھانے کے چمچ
- آدھی پیالی
- ایک پیالی
- چار کھانے کے چمچ

تیاری کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

پکانے کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

افراد: دس سے بارہ عدد

عید مبارک

یہ خاتون خانہ کے سلیقے کی آزمائش کا دن ہے

منیرہ عادل

چاند رات:

عید کا آغاز تو گویا چاند رات سے ہی ہو جاتا ہے۔ چاند

نظر آتے ہی دعائیں مانگی جاتی ہیں نوافل ادا کئے جاتے ہیں عبادت کی جاتی ہے اعتکاف سے اٹھنے والوں کو مبارکباد دی جاتی ہے پھولوں کے ہار پہنائے جاتے ہیں۔ مضافیاں دی جاتی ہیں، لڑکیاں ہاتھوں پر مہندی لگاتی ہیں، چاند رات پر مہندی لگانے کا سلسلہ خاصا قدیم ہے پچھلے وقتوں میں مہندی کے پتے پیر کر ان کو پانی میں گھول کر دکھا جاتا ہے اور پھر ہاتھی دانت کی اسٹک یا ٹنگے یا تیلی سے مہندی لگائی جاتی تھی اب کون مہندی نے اس کی جگہ لے لی ہے۔ مائیں بیٹیوں کے ہاتھوں پر مہندی لگا رہی ہوتی تھیں تو کہیں سکھیاں، سہیلیاں، پڑوسی ایک دوسرے کے ہاتھ پر حنا کے خوبصورت رنگ بکھیر رہی ہوتی ہیں۔ آج بھی یہ خوبصورت مہندی کے ڈیزائن لڑکیاں بہت شوق سے اپنے ہاتھوں پر لگاتی ہیں مہندی کے علاوہ چوڑیاں پہننا، ہم جویوں کو چوڑیوں اور مہندی کے تحفے دینا۔ خواتین کا عید کے ملبوسات کو استری کرنے اور عید کے پکوان کی تیاری، غرض چاند رات کی گہما گہمی عید کی تیاریوں کا

خاصہ ہے

کوشش کیجئے کہ اپنی خوشیوں میں ایسے گھرانوں کو ضرور شامل کریں جو اس کی استطاعت نہیں رکھتے۔

گھر کی سجاوٹ:

گھر کی صفائی کر لیں تاکہ عید کے دن صبح صفائی کا کام نہ رہے کہیں کے فرنیچر کو پانی میں نمک ملا کر اس میں کپڑا ڈبو کر نچوڑ لیں اس کپڑے سے صاف کریں کہیں کا فرنیچر چمک اٹھے گا۔ جن گھرانوں میں زیادہ مہمانوں کی آمد کا سلسلہ رہتا ہے وہاں مہمان خانے، بیٹھک یا ڈرائنگ روم میں فرنیچر کی ترتیب ایسی کریں کہ زیادہ مہمانوں کے بیٹھنے کی گنجائش

ہو سکے۔ فرشی نشست ہے تو فلور کشن، گاؤٹیکے، چاندنی بچھا دیں، تخت پر گاؤٹیکے لگا دیں۔ پچھلے وقتوں میں عموماً فرشی نشست کا ہی اہتمام ہوا کرتا تھا۔ عید کے مواقع پر اچلی اچلی چاندنیوں پر گونا گونا کناری سے بچے گاؤٹیکے جو عید کے موقع کے لئے خاص طور پر تیار کئے جاتے تھے وہ بیٹھک میں خصوصی طور پر رکھکے جاتے تھے آج بھی خصوصی مواقع کے لئے گاؤٹیکے کے غلاف میں سادے کپڑے کے ساتھ ساتھ جامہ دار کے کپڑے کی نفیس آمیزش سے ایک جدت اور خوبصورتی پیدا کی جاتی ہے۔ نئے پردے لگالیں یا ایک منفرد رنگ دینے کے لئے ڈرائنگ روم کے داخلی دروازے پر دائیں اور بائیں طرف چند موتیا کی لڑیاں لگا دیں یا ریٹھی ربن پر گول شیشے چمکالیں۔

مختلف رنگوں کی ربڑ سے ایک ایسا پردہ بنالیں جو ڈرائنگ روم کے داخلی دروازے یا بی بی لاؤنج یا کسی بھی کمرے کی مرکزی دیوار یا اوپن پکن کے باہر کی طرف غرض کہیں بھی لگا سکتی ہیں یہ رنگ آپ کے گھر کی سجاوٹ میں اضافہ کریں گے۔ ماحول میں مسکراہٹ خوشبو کے لئے گلاب یا موتیا کے پھول کرٹل کے گلہ ان میں تھوڑا سا پانی



ڈال کر کسی بھی کمرے یا ڈرائنگ روم میں کونے کی میز پر رکھ دیں تازہ پھولوں کی خوشبو سے کمرہ مہکتا رہے گا۔

عید کے پکوان:

عید پر روایتی پکوان اور روایتی میٹھے مشرقی مہمان نوازی کا خاصہ ہیں۔ عید کے دن صبح سے ہی ہر گھرانے سے کھانوں کی مہک آنا شروع ہو جاتی ہے۔ صبح کا آغاز بھی روایتی ناشتے سے ہوتا ہے۔ کہیں دودھ چھوہارے، کہیں انٹی سویاں پاپڑ اور کہیں شیر خورہ وغیرہ۔ عید ٹرائی سے لے کر عید ڈنک عید کے



بچن تک، فوکل بچن، ہرے مصالحوں کی بوٹیاں وغیرہ مصالحوں کا کر میری ٹیٹ کرنے دکھ دیں تاکہ ان کو صرف دھبی آج پر پکنے کے لئے رکھنا ہو۔ اسی طرح بیٹھا بھی پہلے سے بنا کر یا چاند رات کو بنا کر رکھ دیں۔

عیدی کے لفافے:

عیدی کے ملنے ہی بچوں کے چہروں پر خوشیوں کے جو رنگ آ جاتے ہیں ان کا لفظوں میں بیان ممکن نہیں۔ عیدی کے لفافے کی مالیت اہمیت نہیں رکھتی بلکہ دینے والے کا خلوص، محبت اور پیارا ہمت رکھتا ہے اور یہی احساس رشتوں میں مٹھاس پیدا کر کے رشتوں کو مضبوط بناتا ہے۔ عموماً عیدی کے لفافے عید سے قبل ہی بنا کر رکھ لئے جاتے ہیں کسی خاص کو عیدی کا لفافہ دینا ہو مثلاً منگنی کے بعد بہو یا داماد کو عیدی دینی ہو یا شادی کے بعد بیٹی کی پہلی عید ہو غرض کسی بھی خاص رشتے کے لئے اگر لفافے میں تھوڑا سا نیا پن پیدا کیا جائے تو رشتوں میں خوبصورتی پیدا ہوگی مثلاً لفافے پر رہن کے بو بنا کر لگا دیں یا لفافے کے ایک طرف موتی ستارے کی تیل لگا دیں یا گونا گوناوی کے پھول یا ہار یک دھنک یا لیس یا کوئی نازک سی تیل لگا دیں یا کوئی ڈیزائن بنالیں یا اسٹینل بنالیں اس کے بعد کپڑے یا ٹیٹ کے بھی بکرم لگا کر لفافے بنائے جاتے ہیں تھوڑی سی محنت سے اگر محبتوں کے رشتے مزید مضبوط ہو جائیں اور دلوں میں مٹھاس پیدا ہو جائے تو کیا حرج ہے۔

عید کی مبارک باد:

گزرے وقتوں میں عید پر کوئی کسی سے ملنے نہ جائے تو برا مانا جاتا تھا مہمانوں کا خاص انتظار و اہتمام کیا جاتا تھا۔ پردیس میں موجود لوگ اپنے پیاروں کو عید کا رڈ کی صورت مبارکباد دیتے۔ فون کال کرتے اور ان کے فون کے انتظار میں خاندان بھر فون کے پاس بات کرنے کے انتظار میں بیٹھا رہتا پردیس میں مقیم پیاروں کے عید کا رڈوں کو برہا برس سنبھال کے رکھا جاتا۔ بدلے وقت اور زمانے کے مصروف شب و روز نے عید کی مبارکباد کو بھی ایس ایم ایس، ای میلز، ای کارڈز، Whatsapp، سوشل نیٹ ورکنگ پر مبارکباد اور وائبر وغیرہ تک محدود کر دیا ہے آس پڑوس میں بھی لوگ فون پر مبارکباد دے دیتے ہیں لیکن جو رشتوں کی خوبصورتی، مٹھاس اور خلوص مل کر عید کی مبارکباد دیتے ہیں وہ بھلا ان برقی آلات میں کہاں؟

گلے مل کر مبارکباد دینے سے گلے شکوے رنجشیں سب ہی ختم ہو جاتی ہیں۔ پردیس میں مقیم اپنے پیاروں کو فون کال، عید کارڈ یا Skype پر ویڈیو کال کے ذریعے مبارکباد دی جاسکتی ہے بہت سے ایسے عزیز واقارب دوست احباب، پڑوسی ایسے ہوں گے جن سے شاید برسوں سے ملاقات نہیں ہوئی۔ اس عید پر ان سے ملنے ضرور جائیں وقت میسر ہو تو ہسپتال کے مریضوں اور مقیم خانوں میں بچوں سے مل کر ان کو کچھ تحائف دیں۔ یقیناً جانیں سچی خوشی حاصل ہوگی۔

عکف بچوان خاتون خاندان کی ذمہ داری

ہوتی ہے۔ بہتر یہی ہوتا ہے کہ پہلے سے تیاری کر لی جائے۔ مینواس طرح کا عکف کریں کہ گھنٹوں باورچی خانے میں گزارنے کے بجائے مہمانوں کے ساتھ بھی وقت گزارا جاسکے مثلاً عید ٹرائی کے لئے کیک، کباب، سو سے، روٹی وغیرہ پہلے سے تیار کر کے رکھ دیں۔ عید کی صبح صرف تلیں اور عید ٹرائی پر تیار ہیں۔ عید ڈنر کے لئے نہاری، اسٹو، کڑا اسی گوشت، دم قیمہ وغیرہ میں سے کوئی ڈش اپنالیں یعنی ایسی ڈش جس کو زیادہ پکانا نہ پڑے۔ پلاؤ یا بریانی کا سامان تیار کر کے رکھ لیں تاکہ کھانے سے آدھا یا ایک گھنٹہ قبل صرف چاول ابل کر ڈال دیں۔ اسی طرح چرغہ، اسٹیم بکمن، دان، بردست، تندوری ککے،



ماہ رمضان اور عید کا اہتمام

گھر تو وہی ہو پر نیا نیا سا لگ

گھروں کی اندرونی آرائش اور بحالیاتی اطمینان کے لئے ہم مختلف تصورات پر کام کرتے رہتے ہیں مثلاً ملبوسات کے جدید رجحانات سے بھی استفادہ کرتے ہیں۔ دراصل ڈیزائن تازہ اور منفرد امیجز کو یکجا کر کے ایک تصویر کی مانند مکمل ہوتا ہے۔ اندرونی آرائش کے ماہرین اب فیشن کی دنیا سے بھی رنگ، خدو خال، زاویے اور اشکال اخذ کرتے ہیں پھر اسے مل دیتے ہیں یعنی کسی پردے پر مضبوط ریٹھی ڈورالگا کراٹیک مٹی ہوئی وسیع قطع ظاہر کی جاتی ہے ورنہ راڈ والے سادہ پردے بھی لوگ پسند کرتے ہیں۔ رمضان میں افطار اور ڈنکا اہتمام ہر گھر میں ہوتا ہے۔ آپ لذت کام و دہن کا خاص خیال رکھیں گی۔ یقیناً ڈنکا کا سترخوان کے پچھلے اور نئے شمارے اس ضمن میں آپ کی خاطر خواہ رہنمائی بھی کریں گے تاہم ایک اہم شعبہ گھریلو آرائش کا بھی ہے۔

سجاوٹ میں گلابی پن، امید کا رنگ

یوں تو اسے بچیوں اور نوجوان لڑکیوں کا رنگ کہا جاتا ہے لیکن یہ امید اور رشتوں کو اہم سمجھتے ہوئے انہیں نبھانے کا عندیہ دینے والا رنگ بھی ہے۔

زرد رنگ کھلتی ہوئی امتگوں کا تاثر

کس نے کہا کہ زرد رنگ افریقہ کی کا تاثر دیتا ہے۔ ذرا تصور کیجئے کہ برسوں کھیت میں پھول رہی ہو تو مزار سے لے کر زمین صاف کرنے والے تک کی خوشی دیدنی ہوتی ہے۔ زرد رنگ دوسرے رنگوں کے ساتھ مل کر بہت دلکش تاثر دیتا ہے۔ زرد اور نیلے یا زرد اور ہرے کا جو کے ساتھ بستر کی چادر ہو، صوفے کا کپڑا ہو، راز ہو، کشن کے رنگوں میں اس رنگ کی آمیزش ہو دیکھنے میں بھلا لگتا ہے۔ آپ کے فرنیچر کے ساتھ زرد رنگ کی ایک آرائشی مہمائی بھی نہایت مفریب معلوم ہو سکتی ہے۔

لیس والے مولز

فیشن کی دنیا اور خاص کر خواتین کے لباس سے مماثلت رکھنے والا یہ عنصر یعنی لیس آج سے نہیں برسوں سے ہوم ڈیکور میں استعمال ہو رہا ہے۔ ہمارے ڈائننگ ٹیبل کا کور، چیئر سیٹ، شرابی کی شیٹ، بستر کی چادروں کے کونوں پر یا جالی دار پردوں کی شکل میں بھی اسے عموماً لوگ پسند کرتے ہیں۔

لہریے دار فرنیچر

Serpentine ساخت کا فرنیچر 18 ویں اور 19 ویں صدی میں بھی مقبول تھا۔ پچھلے چند برسوں سے ہمارے ہاں بھی کچھ اختراع اور کسی قدر تبدیلی کے ساتھ یہ فرنیچر پسند کیا جانے لگا ہے۔

ماحول دوست فضا

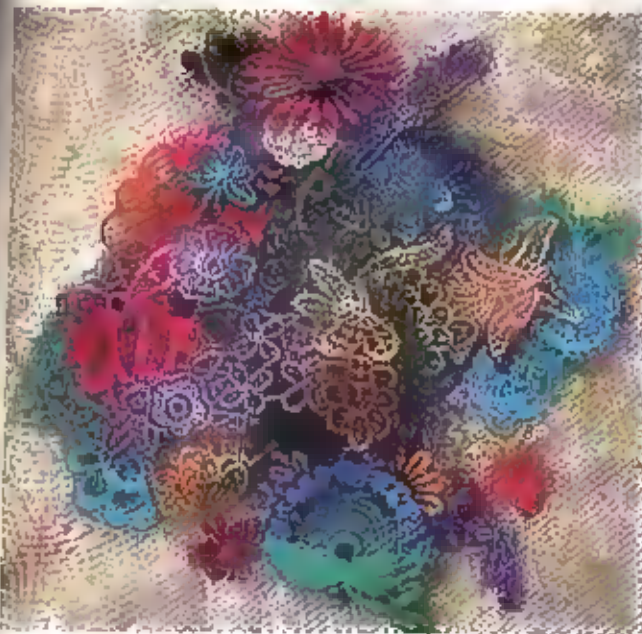
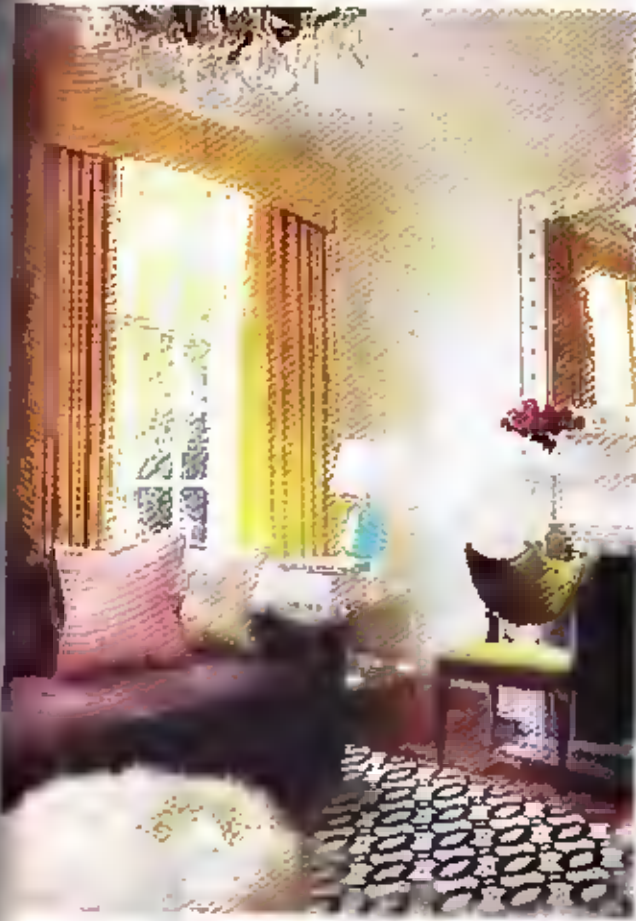
فلورنگ یعنی فرش کی صفائی ستھرائی آسان بنانے کے لئے دیزر کالینوں کو خیر باد کہنے کا دور آچکا ہے۔ اب انٹوں، ماربل اور بانس کے فرش زیادہ موزوں سمجھے جانے لگے ہیں۔ فرش میں وہی میٹیریل بہتر ہے جو کم قیمت میں دستیاب ہو جائے اور اس کے ساتھ ساتھ آسانی سے استعمال میں آ سکے۔

رگس اور جیومیٹری

اب تنگ اور مختصر جگہوں کے ساتھ ساتھ طویل راہداریوں، مکان کے وسطی حصوں اور برآمدوں میں رگس بچانے کا اہتمام کیا جانے لگا ہے۔ ٹیکسٹائل کی دنیا نے یہاں بھی بھیرا کیا ہے اور Rugs کو نمایاں انداز میں بنایا جانے لگا ہے۔ دیواری آرائش کے لئے بھی موزوں سمجھے جاتے ہیں اور فرش کی فرنگ کے لئے بھی بہترین، پائیدار اور باسولت سمجھے جاتے ہیں۔ ان رگس میں آپ کو جیومیٹرکل ڈیزائنز سے لے کر پھولوں کی شیشوں میں گرافک آرٹ کی شکل بھی نظر آتی ہے۔

اس بار پھولوں کی تازہ پتیوں سجالیں

چاندی کے خوشنما کٹوروں میں، کرسٹل کے پیالوں میں یا سیرامک کے کسی برتن میں یا پھر کچی مٹی کی باغی میں پھول والے سے چھانگ بھر پتیوں خرید لائیے اور انہیں سادہ پانی اور چند قطرے عرق گلاب میں ملا کر سجالیتے۔ یہ سجادہ آپ کے گھر کے چاروں سوہمک بکھیرے گی۔ گلاب ایسا پھول ہے جس کی تھک پیار کی خوشبو میں کر آج ہر مہمان کی سانسوں کو مہکا دے گی۔



چھپکتی چوڑیاں من بھارتا زیور

آئیے عید کی خوشیوں میں رنگ بھردیں

صدف آصف

سرخ، ہنر، براؤن اور نیلی مینے کی چوڑیاں عموماً بڑی عمر کی خواتین پہنتی ہیں۔ آج کل پلاسٹک، لکڑی مختلف دھاتی اور مختلف اشکال کے کڑے بھی بہت پسند کیے جا رہے ہیں۔ مشرقی، مغربی، استراحت سے ڈیزائن کیے گئے یہ گول، بیضوی، چوکور اشکال کے دیدہ زیب کڑے کم عمر لڑکیوں کو اپنی جانب مائل کرتے ہیں۔ تاریکی طرح بل کھائی ہوئی کلائی کے گرڈ پٹ جانے والی اسٹیل اور برکی چوڑیاں بھی عام ہیں۔ یہ اسٹینسٹل بیوری مشرقی اور مغربی دونوں طبقوں کے ساتھ چلتی ہے

دیہی طرز کی چوڑیوں کو شہر میں جدت دے کر جدید انداز میں ڈھال کر بیجا جا رہا ہے۔ ایسے ڈیزائن بھی بہت منفرد نظر آتے ہیں، ان کی سادگی میں بھی پرکاری ہوتی ہے۔ شیشے یا موتیوں سے انہیں سجایا جاتا ہے۔ راجستانی اسٹائل کے کڑے اور تھر کے انداز میں بنائی گئی چوڑیاں بھی آنکھوں کو بھلی لگتی ہیں۔

سونا مہنگا ہونے کی وجہ سے صنف نازک کی پہنچ سے دور ہوا تو انڈین ڈیزائن کے سنہری، سادہ، منقش، کام دار اور گول والے نگین، چوڑیاں اور برسلیٹ کارواج عام ہو گیا۔ اس قسم کے نگین شادی بیاہ کی تقریبات میں خواتین کے ہاتھوں میں نظر آتے ہیں، جو سونے کے زیورات کو بھی مات دیتے ہوئے کلائی میں جگمگاٹتے ہیں۔ یہ خواتین کا ایسا ہاتھوں میں پہننے والا من بھارتا زیور ہے جو کبھی "آؤٹ آف فیشن" نہیں ہوتا۔ ان کی ساخت، تراش خراش اور رنگ دلوں کو موہ لیتے ہیں۔

چھپکتی چوڑیاں ہر عمر کی لڑکیوں اور خواتین کی کمزوری کہلاتی ہیں۔ ہمارے یہاں چوڑیوں کی روایات بہت قدیم بھی جاتی ہے۔ پاکستان میں عید کا چاند نظر آتے ہی چوڑیوں کی دکان پر رش کا عالم دیکھنے سے تعلق رکھتا ہے۔ خواتین اور لڑکیاں عید کے طبقوں کی میچنگ کے حساب سے چوڑیاں خریدنے کے لیے بازاروں کا رخ کرتی ہیں۔ اسی لیے عید کی تیاری مہندی اور چوڑیوں کے بغیر ادھوری کہلاتی ہے، دیدہ زیب چھپکتی چوڑیوں سے بھرے ہاتھ عید کی خوشیاں میں رنگ بھردیتے ہیں۔

ہمارے یہاں شاید ہی خوشی کی کوئی ایسی تقریب ہو جہاں خواتین کی نازک یا سڈول کلائیوں میں چوڑیوں کی کھٹکناٹ نہ ہوں۔ ہمارے یہاں سب سے پہلے کالج کی چوڑیاں کو اولیت حاصل ہے۔ جو سستی ہونے کی وجہ سے ہر طبقے کی پہنچ میں ہیں۔ کالج کی چوڑیاں نہ صرف اپنے دلکش رنگوں کی وجہ سے نگاہوں کو بھاتی ہیں بلکہ ان کی مخصوص جھکدار کانوں میں دس گھول دیتی ہے۔ ہمارے مشرقی معاشرے میں چوڑیاں کو سہاگ کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ مگر یہ چوڑیاں کسی مخصوص عمر سے ہنسی نہیں کی جاتی ہیں۔ لڑکی بالیوں سے ادھیڑ عمر کی خواتین تک اسے بڑے شوق سے پہنتی ہیں۔ شادی شدہ خواتین چھپکتی چوڑیوں کو کامدار کڑوں اور بانگوں کے ساتھ ملا کر بہت خوبصورت میٹ بنا کر پہنتی ہیں، جس میں جدت پیدا کرنے کے لیے انہیں زنجیر سے منسلک کر کے تھکڑو وغیرہ لگائے جاتے ہیں۔

گرمیوں میں عید منائیں کیسے؟

اس عید پر آپ کیا پہنیں گی؟ کیسا جوڑا سلوائیں گی

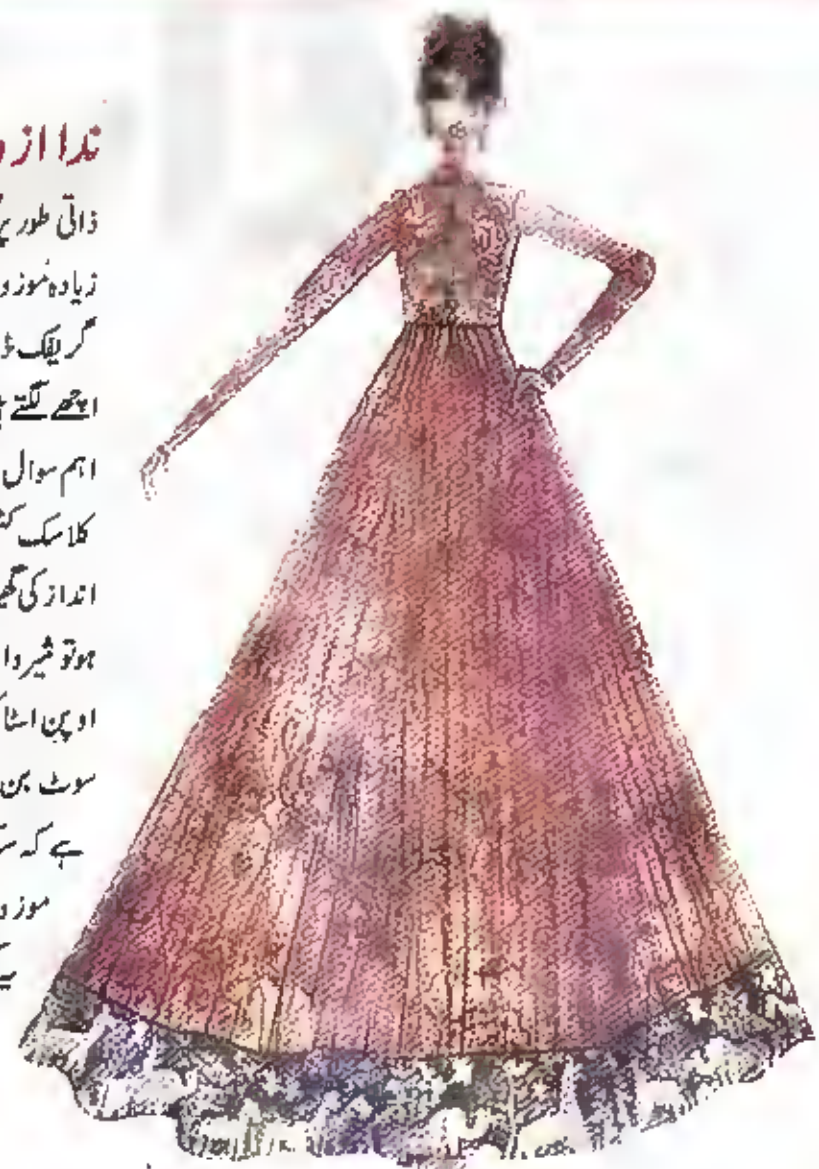
درخشاں فاروقی

ایک جوڑے سے تو کام چلنے والا نہیں اور ڈیزائنرز کے جوڑے تو بہت سی بہنوں کی استطاعت سے باہر بھی ہیں۔ اگر بجٹ اجازت دے دیتا ہے تو ایک آدھ من پسند جوڑا میٹھے یا سسرال کے عید لٹچا یا سسر کے لئے لے لیجئے اور باقی ڈیزائنرز کی Tips ہم بتائے دیتے ہیں، کوئی پسندیدہ کپڑا خریدیے اور اپنی تخلیقی صلاحیتوں کو دردی کے ہاتھوں کی مہارت سے کچھ اس طرح تشکیل دیں کہ عید کے روز آپ کی واہ واہ ہو جائے۔ مٹی عید کی کچھ نہ کچھ ششاس اور خوش کن تاثر لباس سے بھی تو ملنا چاہیے۔ ذیل میں چند ڈیزائنرز آپ کو اپنے اسٹائل کی مدد سے چند مشورے دے رہے ہیں۔

نڈا زور

ذاتی طور پر گرمیوں کے موسم میں آنے والی عیدوں کے لئے پھولدار پرنس زیادہ موزوں لگتے ہیں۔ کچھ برگدار پرنس ہوں۔ کچھ پرنسوں کی شہادت کے گر ٹلک ڈیزائنرز ہوں اور کھلتے ہوئے شوخ اور مدہم رنگ تو جیسے بھی ہوں اچھے لگتے ہیں۔

اہم سوال یا کتنے ڈریس کی تراش خراش اور اسٹائل کا ہوتا ہے۔ آج بھی کلاسیک کنس مقبول ہیں آپ سادہ وضع سے بھی مکمل ماڈرن اور مغربی انداز کی گھیردار قمیض یا پٹواز وغیرہ بنا سکتی ہیں۔ گلے کے ڈیزائن کار ہو تو شیر والی کار زیادہ سچے گامز چھوٹی گردن رکھنے والی بہنیں فرنٹ اوپن اسٹائل کی قمیض سلوائیں اور گلے پر پاسب ان لگو الیں اچھا سوٹ بن سکتا ہے۔ کپڑے کے انتخاب کے لئے میرا مشورہ ہے کہ سلک میں جار جٹ، نیٹ، جمادار یا کاشن بناری موزوں رہیں گے اور پاکستان بھر کی مارکیٹوں میں یہ کپڑا آسانی دستیاب ہے۔





”مجھے اس عید پر انیمیر انڈری زیادہ بھلا میڈیم معلوم ہوتا ہے۔ انیمیر انڈری نہیں تو پاڈر پر پھول دار ڈیزائن ہوں، دیسے آئیڈیا دینا بہت مشکل ہے کیونکہ آپ پر کونسا اشاکل چنے گا یا کون سا آپ کا پرنٹل اشاکل ہے یہ آپ سے بہتر کوئی نہیں جانتا۔ کبھی کسی ماڈل کو دیکھ کر اس جیسا لباس خریدنا درست نہیں ہوتا۔ اس ماڈل کے لباس سے صرف ایک مختلف تصور منظر اور اچھوتا تاثر اپنایا جاسکتا ہے۔“

[illegible]

مہندی رچائی جائے

یہ ہے عید کا سنگھار

تمثیلہ زاہد

رہنمائی، چمکتے دیکتے، رنگا رنگ، ملبوسات، حنائی ہاتھوں میں بھری چڑیوں کی گنگ، بچوں کی معصوم مسکراہٹیں، عید یوں کے تارے، بوجھانوں کے نقشے اور بچوں سے انہی انواع و اقسام کے کھانوں اور شیر خوار سے کاغذ اور ایک لفظ عید میں پوشیدہ ہے۔ عید تین تہوں پر مشتمل ہے اس لفظ میں ڈیڑھ سو خوشیاں پوشیدہ ہیں۔ عید دورہ داروں کے لئے عید خداوندی ہے جسے ہر پور تہوار کی طرح منانا چاہئے۔ بزرگ کہتے ہیں ہمارے وقتوں میں افراتفری کی عید نہیں ہوتی مگر آج کل کے بوجھانوں کی طرح اسے سو کر گزارا جاتا تھا۔ شام ہوتے ہی گھر والے چھتوں پر چڑھ جایا کرتے تھے۔ عید کا چاند دیکھنے میں دھل کی کوشش کرنا اور ایک دوسرے پر سہمت لے جانے کی ہم نوجوانوں پر سوار رات تھی، چاند نظر آتے ہی ایک دوسرے سے بغل گیر ہو کر مبارکبادی جاتی



پھر چھتوں سے اتر کر بزرگوں کو سلام کر کے ان کی دعا میں لی جاتی تھیں۔ چاند کا سنتے ہی خواتین شیر خورے کے لئے میوہ جات کاٹنے لگ جاتیں اور عید کے دن کے بچوں کی تیاریاں شروع کر دیتیں۔ لڑکیاں اپنی آہلیوں کے ساتھ مل کر آنگن میں بیٹھ جاتیں، ہل کر مہندی گھولی جاتی اور ایک دوسرے کی ہتھیلیوں پر رنگ بٹا کر خوش ہوئیں اور ایک دوسرے کو داد دیتیں۔ پہلے ختوں کی یہ رفتیں اب منقود ہو چکی ہیں اب اس کے برعکس ہوتا ہے

جموئی عید جسے عید الفطر کہتے ہیں خواتین کے لئے خاصی بے سنور نے سے تعلق رکھنے والی عید ہے جبکہ عید قرباں پر جانوروں کی خرید و قربانی اولین ترجیح ہوتی ہے۔ بہر حال خواتین میں مردوں سے زیادہ خوش و خوش نظر آتا ہے۔ مرد حضرات صرف ایک نئے جوڑے اور جوئے پر اکتفا کر لیتے ہیں جبکہ خواتین اپنے ہاؤسنگھار پر خاص

توجہ دیتی ہیں۔ تہوار کے اس موقع پر جو بیسورت اور مغرور نظر آنے کی خاطر وہ بچے سنورنے کے تمام لوازمات استعمال کرتی ہیں۔ اس بناؤ سنگھار میں چوڑیوں کی خریداری اور مہندی کی ڈیزائننگ کو خاص اہمیت حاصل ہے۔ اس کے بغیر عورت کا سنگھارا لاہور ہے۔

یہ باصرف قدیم روایت ہے بلکہ سنت نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم بھی ہے۔ پرانے وقتوں میں خواتین کا بازار حانا محبوب سمجھا جاتا تھا۔ خواتین کی تمام ضرورتیں گھر بیٹھے پوری ہوتی تھیں۔ عید کے دن صبح نماز کے بعد چوڑی ڈالی جسے ”نیمارن“ کہا جاتا تھا چوڑیاں اور دوسرے لوازمات لے آتی تھیں اسے ڈالان میں بٹھا دیا جاتا تھا۔ گھر کی تمام خواتین جن میں بیویاں، بیٹیاں اور بچیاں شامل ہوتی تھیں، اپنی اپنی پسند کی چوڑیوں کے ساتھ مہندی، لالی، پاؤں، خوشبو وغیرہ لے لیا کرتی تھیں۔ مگر خواتین ایسی بھی تھیں جو گھر بیٹھے مہندی کے پتے نہیں کر سکتیں اور بیرون گھر لگاتی تھیں۔ مہندی کے تھڑے تازہ تازہ پتے توڑ کر اسے چٹری سلیر میں لیا جاتا پھر اسے ہاتھوں اور پیروں پر رنگوں کی مدد سے رنگا جاتا۔ جب ہاتھ دھوئے جاتے تو کھلتے رنگوں کے ساتھ سرخ سرخ ہتھیلیاں اپنی سوندھی سوندھی خوشبو کے ساتھ ہلک جاتی یہ مہندی آج کل خشک شکل میں دستیاب ہے جو اب عمر سید خواتین کے بالوں کو رنگنے تک محدود ہو گئی ہے۔ موجودہ دور میں جس طرح روايتوں کو جدید تصور اور نئے نئے روپ میں ڈھال لیا ہے اسی طرح سل پر پسی جانے والی مہندی اب کون اور ٹیوب کی شکل میں دستیاب ہے کون کے ذریعے تیل بونے بنا یا بھی ایک آرٹ ہے۔ گول ہیکس کی شکل کا ڈیزائن بھی نہایت مہین نقش و نگار اور آرائشی بھرائی کی شکل میں ہوتا ہے، ماہر خواتین مہندی کون کے ذریعے طرح طرح کے نقش ڈیزائن بناتی ہیں، موجودہ دور میں خواتین میں کئی طرح کے ڈیزائن مقبول ہیں، ان ڈیزائن میں خواتین مختلف رنگوں کے گلیٹر اور سلور رنگ کے گلیٹے لگوا کر مہندی کی آرائش اور کشی میں اضافہ کرتی ہیں۔ آج کل کالی مہندی بھی خواتین میں بے حد مقبول ہے، خواتین انڈین اور پاکستانی ڈیزائن کے علاوہ عربی، افریقی اور سوڈانی مہندی کے ڈیزائن لگوانا پسند کرتی ہیں۔

وہ خواتین جو زیادہ بھرے بھرے ڈیزائن پسند نہیں کرتی ہیں ان میں عربی مہندی مقبول ہے، عربی ڈیزائن دیکھنے میں منفر دار نہیں لگتے ہیں۔

عربی مہندی کے ڈیزائن آدھے ہاتھ پر بناتے جاتے ہیں۔ ان میں زیادہ تر پھول پتیاں اور صراحی دار ڈیزائن ہوتے ہیں۔ چتوں کے اندر فلنگ نہیں کی جاتی۔ یہ ڈیزائن چونکہ آدھے ہاتھ پر مشتمل ہوتا ہے لہذا کھلا کھلا ڈیزائن اگلیوں کے آدھے حصے پر لگا ہوتا ہے۔ اگلیوں کا باقی آدھا حصہ چھوڑ دیا جاتا

ہے۔ جبکہ افریقی سوڈانی مہندی میں باریک باریک لائیں اور ان پر پھول پتیاں بنی ہوتی ہیں۔ انہی لائیوں پر مختلف اشکال بھی بنائی جاتی ہیں۔ سوڈانی اور باریک دونوں میں اس ڈیزائن میں استعمال کئے جاتے ہیں۔ پاکستانی اور انڈین مہندی کے ڈیزائن بنانا خاصا محنت طلب کام ہے کیونکہ ان ڈیزائن میں باریک کام کیا جاتا ہے۔ ڈیزائن کے ہر کونے میں فلنگ کی جاتی ہے۔ اگلیوں کی پوروں سے لے کر تھیلی کے نیچے تک پورا ہاتھ بھرا ہوتا ہے۔ ڈیزائن کے کسی حصے میں جگہ نہیں چھوڑی جاتی۔ پھول پتیاں کے اندر کئی فلنگ کر کے ہاتھوں کو مکمل بھرے بھرے ڈیزائن سے پُر رکھا جاتا ہے۔

عید کی سوغاتوں میں خصوصی سوغات مہندی ہے۔ ڈالڈا کا ستر خواتین عید کے برسر موقع پر مہندی کے چند نمونے شائع کر رہا ہے انہیں آپ اپنے ہاتھوں کے آگے پیچھے لگائیں۔ عید کے دن بھینا مہندی رہے ہاتھوں کی سوندھی سوندھی ہلک اور کلاہوں تک رنگ برنگی چوڑیاں آپ کے حسن کو چند کر دیں گی۔





عید اسپیشل

کریم سوپیاں

ترکیب:

- سوپوں کے چھوٹے ٹکڑے کر لیں، الائیچی کے دانے نکال کر کوٹ لیں اور بادام پستوں کو باریک کاٹ کر رکھ لیں
- کڑاہی میں ذال VTF بنا سیتی ذال کر درمیان آج پر گرم کریں اور اس میں الائیچی اور بادام پستے ذال کر دے تین منٹ خرائ کریں
- پھر اس میں سوپیاں ذال کر رکھی آج پر بھونیں، اس دوران دوسری طرف چینی میں دو پیالی پانی ذال کر درمیان آج پر پکے رکھ دیں
- چینی اور پانی اچھی طرح مل ہو جائے اور سوپوں کی خوشبو آنے لگے تو دونوں کو ملا لیں اور ڈھک کر رکھی آج پر پکے رکھ دیں
- جب شیر خشک ہونے پر آ جائے تو بالائی کو ہلکا سا پیسٹ کر ڈالیں اور بالائی آج پر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

خوبصورت سی ڈش میں نکال کر فریج میں رکھ دیں اور عید کے پر مسرت موقع پر مزیدار بخندنی سوپوں کا لطف اٹھائیں۔

اجزاء:

200 گرام	سوپیاں
دو پیالی	چینی
دو پیالی	پانی
تین سے چار عدد	پھول الائیچی
حسب پسند	بادام پستے
آدھی پیالی	VTF بنا سیتی

تیاری کا وقت: دس سے بارہ منٹ

پکانے کا وقت: بیس سے پچیس منٹ

الزام: چار سے چھ کے لئے



عید اسپیشل

چکن کیفریٹیل

ترکیب:

- اس ڈش کو بنانے کے لئے چکن کو بڑے ٹکڑوں میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ سب سے پہلے چکن کو دھو کر گہرے کٹ لگا کر رکھ لیں۔ پیاز کو باریک کات لیں
- دھنیا اور زیرہ کو توڑے پر ہلکا سا بھون لیں اور اس میں گرم مصالحہ ملا کر گرائنڈر میں پیس لیں
- پھر ادھ لہسن، ہری مرچیں، ہرا دھنیا اور پودینے کو پینڈر میں پیس لیں اور اس میں فرائی کی ہوئی پیاز، خشک مصالحہ اور نمک ملا لیں
- چکن کو مصالحے کے مکچر سے میرینٹ کر کے فریج میں رکھ دیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا VTF ہاسٹی کو درمیان آٹے پر گرم کریں اور اس میں چکن کو سنہری فرائی کریں۔ ایک طرف سے اچھی طرح فرائی ہو جانے تو پلٹ کر دوسری طرف سے بھی سنہری کر لیں
- چکن کو چیک کریں، اگر مکمل نہ گلی ہو تو ہلکا سا پانی کا چھینٹا دے کر ڈھک کر ہلکی آٹے پر دم پر رکھ دیں
- آخر میں سرکہ ڈال کر دوسے تین منٹ پکا کر چوبے سے اتار لیں

پریزنٹیشن:

سلاد سے لگی ہوئی خوبصورت ڈش میں رکھ کر اس مزیدار چکن کو پیش کریں۔

اجزاء:

ایک کلو	ثابت گرم مصالحہ	دو کھانے کے چمچ
نمک	ہری مرچیں	چار سے چھ عدد
ادھ لہسن پیسا ہوا	ہرا دھنیا	دو کھانے کے چمچ
پیاز	پودینہ	آدھی گٹھی
سفید زیرہ	سرکہ	دو سے تین کھانے کے چمچ
ثابت دھنیا	ڈالڈا VTF ہاسٹی	چار کھانے کے چمچ

تیاری کا وقت:

ایک گھنٹہ

پکانے کا وقت:

آدھا گھنٹہ

افراؤ:

چار سے پانچ کے لئے

ڈالڈا کا سترخوان



عید اسپیشل

ترکیب:

- چکن کو نکلے کی طرح کنوا لیں اور اس کو دو کراس میں گہرے کٹ لگائیں
- لہسن کے جوں، لال مرچوں اور سفید زیرے کو توڑے پر بھون لیں اور گرائینڈ ریش بنیں لیں، پھر اس میں تین کھانے کے چمچ سرکہ اور دو کھانے کے چمچ ڈالڈا کنولا آئل ڈال کر ملائیں تاکہ یہ پیسٹ بن جائے
- نٹوں کو اس پیسٹ سے میرینٹ کر کے فریج میں رکھ دیں
- آلوؤں کو چھیل کر فریج فرائیز کی طرح کاٹ لیں اور انھیں ایلٹے ہوئے پانی میں نمک اور سرکہ ڈال کر تین سے چار منٹ ابال لیں
- پانی سے نکال کر اس پر سے ٹھنڈا پانی بہا دیں اور ان پر نمک اور کالی مرچ چھڑک کر انھیں المونیم فوئل سے ڈھک کر رکھ دیں
- فرائینگ بین میں دو سے تین کھانے کے چمچ ڈالڈا کنولا آئل کو درمیانی آگ پر گرم کریں اور اس میں نٹوں کو ڈال کر ڈھک دیں
- پانچ سے سات منٹ بعد جب ان کا پانی نکلنے لگے تو وہی پیسٹ کر ڈال دیں اور ہلکی آگ پر پکے رکھ دیں
- دہی کا پانی خشک ہونے تک چکن گل جانے تو اسے چوبیس سے اتار لیں اور اوون پر دف ڈش میں ڈال دیں
- کئے ہوئے آلوؤں کو چاروں طرف لگائیں اور اوپر سے پھینٹا ہوا الٹا پھیلا کر ڈال دیں۔ آخر میں اوپر سے دو کھانے کے چمچ ڈالڈا کنولا آئل ڈال دیں
- پہلے سے گرم کئے ہوئے اوون میں 150°C پر دس سے بارہ منٹ تک کر کے نکال لیں

پریزنٹیشن:

اوون سے گرم گرم نکال کر تائیٹی ساس کے ساتھ اس منفرد چکن کا مزہ اٹھائیں۔ یا چکن کو پکانے کے بعد اس کے گوشت کو ہڈی سے علیحدہ کر لیں اور فریج فرائیز کے ساتھ ہیکنگ ڈش میں تہہ لگا کر بیک بھی کیا جاسکتا ہے۔

عربک پیک چکن

اجزاء:

750 گرام	مرکہ	چار کھانے کے چمچ
حسب ذائقہ	آلو	تین عدد درمیانے
دس سے بارہ عدد	اندرے	دو عدد
چھ سے آٹھ عدد	کالی مرچ کٹی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کنولا آئل	حسب ضرورت

پارن کالڈ: ایک گھنٹہ

پائے کالڈ: پینتیس سے چالیس منٹ

لڈا: دو سے تین کے لئے

دال کا سترخوان



عید اسپیشل

مٹن اکبری

اجزاء:

بکرے کا گوشت	ایک کلو	پہا ہوا گرم مصالحہ	آدھا چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	ہری مرچیں پس ہوئی	ایک چائے کا چمچ
ادرک، لہسن، پیاز ہوا	دو کھانے کے چمچ	دہی	ایک پیالی
پیاز	دو عدد درمیانی	ٹماٹو کچپ	آدھی پیالی
لال مرچ پس ہوئی	ایک چائے کا چمچ	انجلی پی ساس	دو کھانے کے چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ	ٹماٹر	دو عدد
کالی مرچ گدڑی پس ہوئی	آدھا چائے کا چمچ	ہرا دھنیا	آدھی گٹھی
چائیکھنر نمک	ایک چائے کا چمچ	ہری مرچیں	تین سے چار عدد
ہلدی	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کوکنگ آئل	چار سے چھ کھانے کے چمچ

تیاری کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

پکانے کا وقت: پینتیس سے چالیس منٹ

افراد: پانچ سے چھ کے لئے

ترکیب:

- گوشت کو دھو کر رکھ لیں۔ پیاز کو چوب کر لیں۔ ٹماٹر، ہرا دھنیا اور ہری مرچوں کو باریک کاٹ کر رکھ لیں۔
- تین میں ڈالڈا کوکنگ آئل ڈال کر درمیانی آنچ پر دس سے تین منٹ گرم کریں اور اس میں پیاز ڈال کر پانچ سے سات منٹ فرائی کریں۔
- ادرک، لہسن، ہری مرچ اور گوشت ڈال کر اتنی دیر بھونیں کہ گوشت کا اپنا پانی خشک ہو جائے۔
- پھر نمک، لال مرچ، کٹی ہوئی لال مرچ، کالی مرچ، ہلدی، چائیکھنر نمک اور دہی ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور ڈھک کر درمیانی آنچ پر پختہ رکھ دیں۔
- جب گوشت اودھ گلا ہو جائے تو انجلی پی ساس، ٹماٹو کچپ اور گرم مصالحہ ڈال دیں اور اچھی طرح گٹھنک پکائیں۔
- اتار تے ہوئے ٹماٹر، ہرا دھنیا اور ہری مرچ سے گارنش کر لیں۔

پریزنٹیشن:

گرم گرم شیرمال یا تانقان کے ساتھ پیش کریں۔

ڈالدا کا دسترخوان



عید اسپیشل

مرغ شالیمار

ترکیب:

- چکن کے ٹکڑوں کو صاف دھو کر خشک کر لیں اور انھیں نمک، ادراک، لہسن اور سفید مرچ کے ساتھ میرینٹ کر کے رکھ دیں
- پیاز کے موٹے ٹکڑے کر کے آدھی پیالی پانی میں ڈالیں اور اس میں بادام (چھلکا نکال کر)، خشکاش اور تل ڈال کر ہال لیں
- پیاز گل جانے تو اسے ٹھنڈا کر کے پیس لیں اور دہی میں ملا کر رکھ دیں
- چین میں مارجرین یا مکھن اور ڈالڈا کو گنگ آئل ڈال کر درمیانی آنچ پر گرم کریں اور اس میں گرم مصالحہ ڈال کر کڑا لیں
- پھر اس میں پیاز کا پیسٹ ڈال کر اتنی دیر بھونیں کہ تیل علیحدہ ہو جائے
- میرینٹ کی ہوئی چکن ڈال کر ڈھک دیں، پانچ سے سات منٹ درمیانی آنچ پر پکانے کے بعد اس میں ککونٹ ملک ڈال دیں
- ہلکی آنچ پر چکن گھٹے تک پکائیں اور آخر میں باریک کٹا ہوا ہر مصالحہ اور کریم ڈال کر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس چکن کو حسب پسند شیر مال یا نان کے ساتھ پیش کریں۔

اجزاء:

ایک کھانے کا چمچ	ثابت گرم مصالحہ	ڈیڑھ کلو
دو پیالی	دہی	حسب ذائقہ
دو پیالی	ککونٹ ملک	دو کھانے کے چمچ
آٹھ سے دس عدد	ہری مرچیں	دو کھانے کے چمچ
ایک گٹھی	ہر ادھیا	تین سے چار عدد
آدھی گٹھی	پودینہ	ایک کھانے کا چمچ
ایک پیالی	فریش کریم	آدھی پیالی
دو کھانے کے چمچ	مارجرین یا مکھن	دو کھانے کے چمچ
آدھی پیالی	ڈالڈا کو گنگ آئل	دو کھانے کے چمچ

آدھا گھنٹہ

تیس سے پینتیس منٹ
چھ سے سات کے لئے

ناری کاؤت:

پائے کاؤت:
انرا:

ڈالڈا کال سترخوان



میکرونی پارسلز

ترکیب:

- میکرونی کو ٹکٹا، ملے پانی میں دس سے بارہ منٹ ابالیں اور چھلنی میں ڈال کر اوپر سے ٹھنڈا پانی بہا دیں۔ مشروم اور شملہ مرچ کو بائیک چوب کر لیں اور کالچ چیز کا چورا کر کے رکھ لیں
- میکرونی کو اچھی طرح خشک کریں پھر اس میں چیز، مشروم، شملہ مرچ، نمک، لہسن، چکن پاؤڈر، شملہ مرچ، کالی مرچ، ہری مرچیں، اجوائن اور لیموں کا رس ڈال کر اچھی طرح ملا لیں
- دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریق میں رکھ دیں۔ دو سے تین گچ خشک میدے میں تھوڑا سا پانی ڈال کر لٹی سی بنالیں
- سمو سے کی ایک پٹی کو سیدھا رکھیں اور اس پر دوسری پٹی کو کراس (+) کر کے رکھیں۔ درمیان میں ایک کھانے کا گچ تیار کیا ہوا کچر رکھ کر پہلے ایک پٹی کے دونوں سروں کو اٹھا کر درمیان میں لائیں اور لٹی کی مدد سے بند کر دیں
- پھر اسی طرح دوسری پٹی کے بھی دونوں سروں کو درمیان میں لا کر لٹی سے چپکا دیں۔ ٹرے میں تھوڑا سا خشک میدہ چھڑک دیں اور ان پارسلز کو اس میں رکھ کر اوپر سے پلاسٹک شیٹ سے ڈھک کر فریژر میں رکھ دیں
- کڑا ہی میں ڈالڈا کو کنگ آئل ڈال کر درمیان میں آگ پر چار سے پانچ منٹ گرم کریں اور ان پارسلز کو سنہرا فرائی کر لیں

پریزنٹیشن:

ان کو ایک سے دو دن پہلے بنا کر اوپر دیئے گئے طریقے کے مطابق فریژر میں رکھ دیں اور افطار کے وقت یا مہمانوں کی آمد پر گرم گرم فرائی کر کے پیش کریں۔

اجزاء:

میکرونی	200 گرام	کالی مرچیں پسٹی ہوئی	آدھا چائے کا گچ
کالچ چیز	ایک پیالی	ہری مرچیں (باریک کی ہوئی)	دو سے تین عدد
مشروم	ایک ٹن	اجوائن	آدھا چائے کا گچ
شملہ مرچ	ایک عدد	لیموں کا رس	دو کھانے کے گچ
نمک	حسب ذائقہ	سمو سے کی پٹیاں	حسب ضرورت
لہسن (باریک کٹا ہوا)	دو سے تین جوئے	ڈالڈا کو کنگ آئل	حسب ضرورت
چکن پاؤڈر	ایک کھانے کا گچ		

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

فرائینگ کا وقت: دس سے پندرہ منٹ

تعداد: دس سے بارہ عدد

ڈالڈا کال سترخوان



پوٹو چیز رولز

اجزاء:

آدھا چائے کا چمچ	بلدی	آدھا کلو	آٹا
آدھا چائے کا چمچ	کالی مرچ بھٹی ہوئی	200 گرام	دہی
تین عدد	انڈے	آدھی پیالی	بھاری چمچ
حسب ضرورت	ذیل روٹی کا چورا	حسب ذائقہ	نمک
دکھانے کے چمچ	لیموں کا رس	ایک چائے کا چمچ	دراگن لیم پھاندا
حسب ضرورت	ڈالڈا کوٹنگ آئل	ایک چائے کا چمچ	الی مرچ بھٹی ہوئی

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

فرائیج کا وقت: دس سے بارہ منٹ

تعداد: پانچ سے چھ عدد

ترکیب:

- پیسے کو دھو کر صاف پین میں ڈالیں اور اس میں اورک لیم، نمک، لال مرچ اور ہلدی ڈال کر درمیانی آگ پر پکھنے رکھ دیں۔ اتنی دیر پکائیں کہ پیسے کا پتہ پانی خشک ہو جائے
- آلوؤں کو ابالی کر چھیل کر پیش کر لیں اور اس میں نمک، کالی مرچ اور لیموں کا رس ملا کر رکھ لیں
- دو انڈوں کو ابال کر چورا کر لیں اور پیسے کو اچھی طرح بھون کر اس میں ملا لیں۔ پھر ٹھنڈا ہونے پر اس میں کش کیا ہوا چیز بھی شامل کر دیں اور اس سمیچر کو دس منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- آلو کے سمیچر کو کباب کی طرح پھیل پر رکھ کر کلیہ بنالیں اور اس کے درمیان میں دکھانے کے چمچ قیہ رکھ کر اس کو رول کی شکل میں دبا کر اچھی طرح بند کر دیں
- ایک انڈے کو پھینٹ کر اس میں چٹکی بھر نمک اور کالی مرچ شامل کر لیں۔ تیار کئے ہوئے رول کو پہلے انڈے میں ڈپ کریں پھر ذیل روٹی کے چورے میں لتھیر لیں
- کڑائی میں ڈالڈا کوٹنگ آئل پر گرم کر دیں اور رولز کو سنہرے فرائی کر لیں

پریزنٹیشن:

گرم گرم مزیدار رولز کو کچپ اور پٹنی کے ساتھ افطار کے وقت یا شام کی چائے پر پیش کریں۔



ترکیب:

- میدے کو چھان کر اس میں نمک اور ایک چوتھائی پیالی ڈالڈا VTF بنا سہتی ڈال کر اچھی طرح ملائیں پھر ٹھنڈے پانی سے گوندھ لیں۔ پندرہ سے بیس منٹ کے لئے ٹھنڈے کپڑے میں لپیٹ کر رکھ دیں
- آلوؤں کو آبائی کر چھیل کر میٹھ کر لیں، پیاز کو باریک چوب کر لیں۔ ہری مرچیں اور ہرا دھنیا باریک کاٹ کر رکھ لیں
- فراننگ بین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF بنا سہتی کو گرم کر کے اس میں پیاز کو نرم ہونے تک فرائی کریں
- پھر اس میں آلو، نمک، لال مرچیں، ہری مرچیں اور ہرا دھنیا ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور لیہوں کا رس ڈال کر چوبلے سے تار لیں اور ٹھنڈا کرنے رکھ دیں
- گندھے ہوئے آنے کو تیل کر اس میں کارن فلار اور دو کھانے کے چمچ ڈالڈا VTF بنا سہتی کا بیسٹ بنا کر لگائیں اور اس کو رول کر لیں
- پھر دوبارہ سے تیل کر چوکور پوریاں کاٹ لیں، ہر پوری کے ایک طرف آلو کی ٹنگ رکھ کر دوسرا کونا اٹھا کر ٹکونے شیب میں بند کر لیں
- سارے سمو سے اسی طرح بنا کر دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ پھر کڑا ہی میں ڈالڈا VTF بنا سہتی کو گرم کر کے ان سموں کو سنہری فرائی کر لیں یا ادون کو 180C پر گرم کر کے سموں کو بیلنگ نم سے میں رکھیں اور بارہ سے پندرہ منٹ کے لئے بیک کر لیں

پریزنٹیشن:

حسب پسند چٹنی یا ٹماٹو کچپ کے ساتھ گرم گرم افطار کے وقت پیش کریں۔

فرائیڈ اور بیکڈ سمو سے

اجزاء:

میدہ	آدھا کلو	بری مرچیں	چھ سے آٹھ عدد
نمک	حسب ذائقہ	ہرا دھنیا	آدھی گٹھی
آلو	آدھا کلو	لیہوں کا رس	دو کھانے کے چمچ
پیاز	ایک عدد درمیانی	کارن فلار	دو کھانے کے چمچ
لال مرچ پسی ہوئی	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا VTF بنا سہتی	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: پچیس سے چالیس منٹ
پکانے کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ
تعداد: دس سے بارہ عدد

ڈال کا سترخوان



ترکیب:

- ڈال VTF ہستی کو چھینٹ کر فروغ میں رکھ کر اچھی طرح ٹھنڈا کر لیں، میدے میں نمک اور انڈا ڈال کر سادے پانی سے گوندھ کر پندرہ سے بیس منٹ کے لئے رکھ دیں
- گوندھے ہوئے میدے کو لمبائی میں بتل لیں، اس پر خشک میدہ چھڑکیں پھر ڈال VTF ہستی کو پھیلا کر پیسٹ کر دیں۔ تین تھپکی شکل میں فولڈ کر لیں۔ پلاسٹک ٹیٹ میں لپیٹ کر دس منٹ کے لئے فریژر میں رکھ دیں
- فریژر سے نکال کر خشک میدہ چھڑک کر دوبارہ بتلیں اور اسی طرح سے فولڈ کر کے رکھ دیں۔ یہ عمل تین سے چار مرتبہ کر لیں، یہ لپٹ پیسٹری تیار ہے
- اسے بتل کر حسب پسند شیپ میں کات لیں۔ ایک کٹڑے پر چکن کی فلنگ رکھیں اور اس پر دوسرا کٹڑا رکھ کر کٹاروں پر انڈے کی سفیدی لگا کر دو باکرا اچھی طرح بند کر دیں
- انڈے کی زردی کو ہلکا سا پیسٹ کر اوپر سے برش کی مدد سے لگا دیں اور اسی طرح تمام پیٹیز بنا کر بیس سے پچیس منٹ کے لئے فریژر میں رکھ دیں تاکہ خستہ نہ ہو
- اوون کو بیس منٹ پہلے 250°C پر گرم کر لیں پچھنی کی ہوئی فلنگ ٹڑے میں پیٹیز کو رکھ کر اوون میں پچیس سے تیس منٹ کے لئے پالا اچھی طرح سنہری ہونے تک بیک کر لیں

فلنگ بنانے کے لئے:

پالک کو دھو کر باریک چوب کر لیں اور جین میں درمیانی آٹھ پر رکھ کر اس کا اپنا پانی خشک کر لیں۔ چکن کی بوٹیوں میں نمک، لہسن اور کالی مرچ ڈال کر ابال لیں۔ میدہ اور مارجرین یا مکھن کو ہلکی آٹھ پر خوشبو آنے تک بھجویں اور اس تھوڑی تھوڑی کر کے بخٹی ڈال کر دھامٹ ساس بنالیں۔ چوبے سے اتار کر اس میں پالک، چیز، مشروم، ابل ہوئی چکن اور پارسلے ڈال دیں

پریز سنڈیشن: یہ خوبصورت انداز میں بنائے گئے پیٹیز آپ کی عید فرالی کی شان دو بالا کر دیں گے۔

چکن پالک پیٹیز

ہف پیسٹری بنانے کے اجزاء:

نیزا	چار پیالی	پسا ہوا لہسن	ایک چائے کا چمچ
نک	حسب ذائقہ	کالی مرچ گدڑی پس	ایک چائے کا چمچ
السنے	دو عدد	میدہ	دو کھانے کے چمچ
ڈال VTF ہستی	دو عالی پیالی	مارجرین یا مکھن	دو کھانے کے چمچ
فلنگ کے اجزاء:		چینی	دو تھ پیالی
پالک پیٹیز کی بوٹیاں 200 گرام		چیز کش کیا ہوا	آدھی پیالی
نک	200 گرام	مشروم باریک کٹے ہوئے	آدھی پیالی
نک	حسب ذائقہ	پارسلے باریک کٹا ہوا	دو کھانے کے چمچ

باری کا وقت: ایک گھنٹہ

رنگ کا وقت: بیس سے پچیس منٹ

قد اور دس سے بارہ عدد

ڈالڈا کا دسترخوان



عربک فیتاہ

اجزاء:

پکن کا قیر	250 گرام	ٹائٹی ساس	تین کھانے کے چمچ
پینا بریڈ	چار سے پانچ عدد	کالی مرچ پسٹی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
سفید پنے	دو پیالیاں	سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
دہی	آدھا گلو	دار چینی پسٹی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	چلغوزے	حسب پسند
لہسن کے جوئے	چار سے چھ عدد	ڈالڈا کوٹنگ آئل	حسب ضرورت

تیاری کا وقت: ایک گھنٹہ
پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ
افراد: چار سے پانچ کے لئے

ترکیب:

- جنوں کو دھو کر گرم پانی میں بھگو کر رکھیں اور ابال کر اچھی طرح گلا لیں
- قیتے کو فرائنگ بین میں دو کھانے کے چمچ ڈالڈا کوٹنگ آئل میں نمک اور کالی مرچ ڈالتے ہوئے فرائی کر لیں
- دہی کو پھیٹ کر اس میں کچلا ہوا لہسن، نمک اور ٹائٹی ساس ملا کر رکھ لیں
- پینا بریڈ کو چھوٹے چوکور ٹکڑوں میں کاٹیں اور فرائنگ بین میں دو سے تین کھانے کے چمچ ڈالڈا کوٹنگ آئل ڈال کر سنہرے فرائی کر لیں
- پھر اسی فرائنگ بین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا کوٹنگ آئل ڈال کر اس میں چلغوزے وں کو فرائی کر کے نکال لیں
- اب ان تمام چیزوں کو پھیلی ہوئی ڈش میں لگا لیں۔ پہلے فرائی کئے ہوئے پینا بریڈ کے ٹکڑے ڈالیں، پھر اس پر ابلے ہوئے پنے ڈال کر اوپر سے دہی کا ساس پھیلا کر ڈالیں
- اس پر بھنا ہوا کٹا ہوا زیرہ اور پسٹی ہوئی دار چینی ڈال کر فرائی کیا ہوا پکن کا قیر ڈالیں اور آخر میں چلغوزے چھڑک دیں

پریزنٹیشن:

اس آسانی سے بننے والی غذائیت سے بھرپور ڈش کی خاص بات یہ ہے کہ یہ ایک مکمل ڈش ہے اسے کھانے کے لئے روٹی یا چاول کا اہتمام نہیں کرنا ہوتا۔



ترکیب:

- چکن کو صاف دھو کر چھلنی میں رکھ لیں، دو پیاز کو باریک کاٹ لیں
- چین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF بنا پتئی کو گرم کریں اور اس میں چکن اور چینی ڈال کر فرائی کریں
- جب چکن کی رنگت سنہری ہونے لگے تو اس میں چار سے پانچ پیاز پانی ڈال دیں۔ تیز آگ پر ابال آنے دیں، پھر اس میں موٹی کٹی ہوئی پیاز نمائز اور آلو ڈال دیں اور ساتھ ہی تھوڑا سا ثابت گرم مصالحہ بھی شامل کر دیں
- ہلکی آگ پر پکاتے ہوئے جب چکن گھٹے پر آ جائے تو بوئیاں نکال لیں اور پتئی کو اچھی طرح سے چھان لیں (اس میں سبزیوں کی غذائیت اور مزیدار ذائقہ بھی آ جائے گا)
- بڑے چین میں ڈالڈا VTF بنا پتئی کو درمیانی آگ پر گرم مصالحہ ڈال کر گرم کریں اور اس میں باریک کٹی ہوئی پیاز کو سنہری فرائی کر لیں
- پھر اس میں اور ک لسن ڈال کر اچھی طرح بھونیں، خوشبو آنے پر اس میں دی، چاول (میں منٹ پہلے بھگو کر رکھے ہوئے)، نمک اور کالی مرچ ڈال کر بھونیں۔ چھان کر رکھی ہوئی پتئی (چار پیاز) شامل کر دیں
- اچھی طرح ملا کر درمیانی آگ پر پکے رکھ دیں، جب پانی، نمک ہوئے پر آ جائے تو چاولوں کو الٹ پلٹ کرتے ہوئے ہلکی آگ پر دس سے بارہ منٹ کے لئے دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن:

اس آسانی سے بننے والے سادہ پلاؤ کو نمائز کی چٹنی چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔ نمائز کی چٹنی بنانے کے لئے: چار سے چھ نمائز کو باریک چوب کر کے اس میں ایک باریک کٹی ہوئی پیاز، حسب ذائقہ نمک، ایک چائے کا چمچ کٹی ہوئی لال مرچ اور ایک چائے کا چمچ ڈالڈا VTF بنا پتئی ڈال کر پکے رکھ دیں۔ جب نمائز گھٹے پر آ جائے تو اس میں ایک چائے کا چمچ بھنا ہوا کٹا ہوا زیرہ اور دو کھانے کے چمچ سرکہ ڈال کر چوبے سے اتار لیں۔

سادہ پلاؤ اور نمائز کی چٹنی

اجزاء:

ایک کلو	کالی مرچ گدڑی پسی ہوئی	ایک کھانے کا چمچ
تین پیاز	دی	چار کھانے کے چمچ
نمک	نمائز	دو عدد درمیانے
اور ک لسن پیا ہوا	آلو	ایک عدد درمیانے
پیاز	ثابت گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچ
چٹنی	ڈالڈا VTF بنا پتئی	چار کھانے کے چمچ

بیس سے پچیس منٹ

بیس سے پچیس منٹ

چار سے پانچ کے لئے

نمائز کا وقت:

پکائے کا وقت:

اگر:

ڈالڈا کا دسترخوان



چکن شعلہ

ترکیب:

- اس ڈش کو بنانے کے لئے سب سے پہلے قورمہ تیار کرنا ہوگا۔ چکن میں تین سے چار کھانے کے چمچ ڈالڈا VTF بنا سٹی کو درمیانی آگ پر دو سے تین منٹ گرم کریں اور اس میں ادورک لہسن اور چکن کی بونیاں ڈال کر درمیانی آگ پر ڈھک کر پکے رکھ دیں
- اسے اتنی دیر پکائیں کہ چکن کا اپنا پانی خشک ہو جائے۔ پھر لال سرچ، پیسا دھنیا، ازیرہ، پسا گرم مصالحہ نمک اور تلی ہوئی پیاز کو دہی میں ڈال کر ملائیں اور اسے چکن میں شامل کر دیں۔ اچھی طرح ملا کر اتنی دیر بھونیں کہ گھی علیحدہ ہو جائے
- چاول اور دال کو دھو کر پندرہ سے بیس منٹ کے لئے چار پیالی گرم پانی میں بھگو دیں۔ پاک کو بائچ کرنے کے لئے اس کی گٹھی کھول کر صاف دھو لیں اور اگلے ہوئے پانی میں تین سے چار منٹ ابالیں، پھر خٹہ ٹھنڈے پانی میں ڈال دیں۔ چار سے پانچ منٹ کے بعد چھلنی میں ڈال کر پانی خشک کر لیں اور باریک کاٹ لیں
- قورمے میں دال، چاول (پانی سمیت) اور بلائچ کی ہوئی پاک ڈال کر بجلی آگ پر پکے رکھ دیں
- جب تمام چیزیں اچھی طرح گل جائے تو نمک کچھ کر حسب پسند نمک شامل کر دیں اور اچھی طرح ملا کر ڈش میں نکال لیں

پریزنٹیشن:

ڈالڈا VTF بنا سٹی کو ایک سے دو منٹ گرم کر کے اس میں ایک باریک کٹی ہوئی پیاز، دو سے تین جوئے لہسن اور ایک چھوٹا ٹکڑا ادورک کو سنہرا فرمائی کر کے اوپر سے بگھار لگا دیں۔

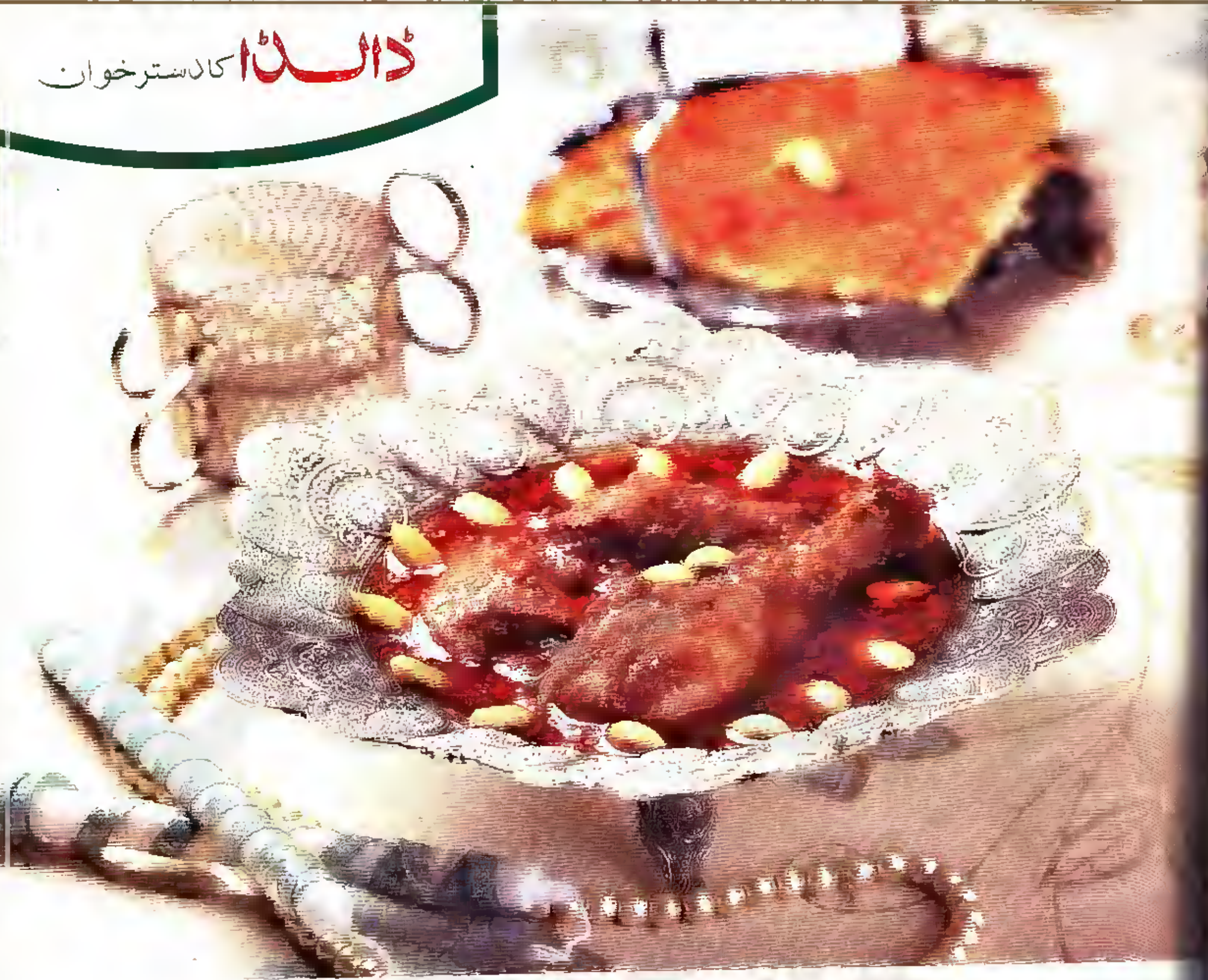
اجزاء:

چکن بغیر ہڈی کی بونیاں	پسی ہوئی لال سرچ	ایک کھانے کا چمچ
چاول	دھنیا پیسا ہوا	ایک کھانے کا چمچ
موگ کی دھلی دال	سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
پالک	گرم مصالحہ پیسا ہوا	آدھا چائے کا چمچ
نمک	دہی	ایک پیالی
ادورک لہسن پیسا ہوا	ڈالڈا VTF بنا سٹی	حسب ضرورت
تلی ہوئی پیاز	حسب ذائقہ	ایک کھانے کا چمچ
	آدھی پیالی	

تیاری کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ

پکانے کا وقت: ایک گھنٹہ

افراد: چار سے پانچ کے لئے



خاص قورمہ

اجزاء:

ایک کلو	پستے	آٹھ سے دس عدد
حسب ذائقہ	پسا ہوا ناریل	دو کھانے کے چمچ
دو کھانے کے چمچ	پیاز	دو عدد درمیانی
دو کھانے کے چمچ	دہی	ایک پیالی
ایک کھانے کے چمچ	فریش کریم	آدھی پیالی
آٹھ سے دس عدد	ڈال ڈال VTF	آدھی پیالی

ترکیب:

- بادام، پستے اور ناریل کو ملا کر پیس لیں۔ چکن کو صاف دھو کر چھلکی میں رکھ کر خشک کر لیں۔ پیاز کو باریک کاٹ کر سبزی فرنی کر لیں۔
- پین میں دو کھانے کے چمچ ڈال ڈال VTF بنا پستی ڈال کر ثابت گرم مصالحہ ڈال دیں، جب کڑکڑانے لگے تو ایک چمچ اورک لہسن ڈال کر ایک دو منٹ فرنی کر لیں۔
- پھر اس میں پیاز، آدھی پیالی دہی، نمک اور لال مرچ ڈال کر ملائیں۔ چکن ڈال کر درمیانی آگ پر ڈھک دیں یہاں تک کہ گھی علیحدہ ہو جائے۔
- علیحدہ سے فرائینگ پین میں بقیہ ڈال ڈال VTF بنا پستی کو گرم کر کے اس میں ایک چمچ اورک لہسن کو فرنی کریں، پھر اس میں بادام، پستے اور ناریل کا بیست ڈال دیں۔
- بقیہ دہی ڈال کر ملائیں اور اس کیچر کو چکن میں شامل کر دیں۔ ڈھک کر پکائی آگ پر دم پر رکھ دیں۔
- پانی خشک ہونے پر فریش کریم ڈال کر ہلکا سا ملائیں اور ڈھک کر پکائی آگ پر تین سے چار منٹ مزید پکالیں۔

پیریز نٹیشن: گرم گرم ڈش میں نکال کر شیرمال یا تافان کے ساتھ پیش کریں۔

پندرہ سے بیس منٹ
تیس سے پینتیس منٹ
پانچ سے چھ کے لئے

ڈالڈا کا سترخوان



بالوشاھی

ترکیب:

- دی کو ایک بڑے پیالے میں ڈالیں اور اس میں ایک پیالی ڈالڈا VTF بنا سہتی، بیکنگ پاؤڈر، بیکنگ سوڈا اور ایک پیالی نیم گرم پانی ڈال کر اچھی طرح چھینٹ لیں
- پھر اس میں تھوڑا تھوڑا کر کے میدہ ڈال کر اچھی طرح ملا لیں اور ٹھنڈے بن جانے کا پھینٹا دیتے ہوئے گوندھ لیں
- چھوٹے چھوٹے چیزے بنائیں اور ان کو دونوں ہاتھوں کے بیچ میں رکھ کر گول کر لیں اور انگلی کی مدد سے ان میں ہلکا سا سوراخ کر لیں
- ان چیزوں کو ڈھک کر گرم جگہ پر آدھے گھنٹے کے لئے رکھ دیں، پھر ان میں کانٹے کی مدد سے سوراخ کر لیں تاکہ شیرہ آسانی سے اندر تک جاسکے
- کڑائی میں ڈالڈا VTF بنا سہتی ڈال کر درمیانی آنچ پر چار سے پانچ منٹ گرم کریں اور بالوشاھی ڈال کر آنچ بجلی کر دیں تاکہ وہ اندر تک پک جائیں (خیال رہے کہ ایک وقت میں اتنی بالوشاھی ڈالیں کہ ان کو پھولنے کے لئے جگہ رہے)۔ اچھی طرح سنہری فرانی کر کے نکال لیں

شیرہ بنانے کے لئے:

- چینی میں پانی ڈال کر اچھی طرح گھول لیں اور اسے درمیانی آنچ پر پکھڑھ دیں، اس سے بارہ منٹ بعد جب شیرہ گاڑھا ہونے لگے تو چوبیس سے اناہلے اور اس میں کیوڑہ پسنس ملا کر رکھ لیں
- ٹیلیفون ٹھنڈی کی ہوئی بالوشاھی کو رکھ کر اس پر چچ کی مدد سے گرم گرم شیرہ ڈالیں، دس سے تین منٹ بعد جب وہ جذب ہو جائے تو دوبارہ ڈالیں۔ اسی طرح سے پورا شیرہ ڈال کر اسے ٹھنڈا کرنے رکھ دیں

پریزنٹیشن: خوبصورتی سے سجا کر افطار میں یا عید پر مہمانوں کی تواضع کریں۔

اجزاء:

- میدہ
- دی
- بیکنگ پاؤڈر
- بیکنگ سوڈا
- ڈالڈا VTF بنا سہتی
- آدھا کلو
- آدھی پیالی
- ایک چائے کا چمچ
- آدھا چائے کا چمچ
- حسب ضرورت

شیرے کے اجزاء:

- چینی
- پانی
- کیوڑہ پسنس
- آدھا کلو
- ایک پیالی
- دو چائے کے چمچ



پچ فو لز

اجزاء:

آٹا	چھ سے سات عدد درمیانے	آٹنگ شوگر	ایک پیالی
جیناں پاؤڈر	ڈیڑھ کھانے کا چمچ	بادام کا ایسنس	چند قطرے
ہلکی	آدھی پیالی	لیسن فوڈ کلر	حسب پسند
فریش کریم	تین پیالی	پودینے کے پتے	حسب پسند

تیار کرنے کا وقت: ۱۵ منٹ
پختہ کرنے کا وقت: ۱۵ منٹ
پانچ سے چھ کے لئے

ترکیب:

- جیناں پاؤڈر کو آدھی پیالی گرم پانی میں ڈال کر رکھ دیں۔ آٹوں کو چمیل کر چھوٹے ٹکڑے بنائیں
- لینڈر میں آٹوں اور جیناں ڈال کر لینڈ کر لیں اور پیالے میں نکال کر رکھ لیں
- فریش کریم کو بڑے سائز کے صاف خشک پیالے میں نکال کر اس میں آٹنگ شوگر ڈالیں اور اسے دس منٹ کے لئے فریزر میں رکھ کر ٹھنڈا کر لیں
- فریزر سے نکال کر اس میں ایسنس ڈالیں اور اسے الیکٹرک میٹریک سے اچھی طرح کاڈھی ہونے تک پھیٹ لیں
- پانی میں گھلے ہوئے جیناں کو آٹوں کے ٹکڑوں میں ڈال کر پھیٹ لیں پھر اسے کچر کو پھیٹتی ہوئی کریم میں ڈالیں اور حسب پسند فوڈ کلر ڈال کر مالیں

پریزنٹیشن:

خوبصورتی سے گلاس میں ڈال کر آٹوں کے باریک سلائسز اور پودینے کے پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

ڈالڈا کا سترخوان



کاک ٹیل فرنی

ترکیب:

- چاولوں کو دھو کر آدھے گھنٹے کے لئے ہلکو کر رکھ دیں پھر پھیلا کر خشک کر لیں اور صاف گرائنڈز میں باریک پیس لیں۔ پھلوں کے چھوٹے ٹکڑے کر کے ٹھنڈے کر کے رکھ دیں
- دودھ کو چین میں ڈال کر ابالیں اور ابال آنے پر آٹھ ملکی کر کے اسے پندرہ سے بیس منٹ پکے رکھ دیں
- آدھی پیالی ٹھنڈے دودھ کو تھوڑا تھوڑا کر کے پیسے ہوئے چاولوں میں ڈالتے ہوئے اس کا پیسٹ بنالیں
- ایلٹے ہوئے دودھ میں چاولوں کا پیسٹ ڈالتے جائیں اور گچ چلاتے رہیں تاکہ چاول اچھی طرح کس ہو جائے
- بیس سے بچیس منٹ پکانے کے بعد اس میں چینی اور کنڈینسڈ ملک ڈال دیں اور ملکی آٹھ پر دم پر رکھ دیں
- درمیان میں وقفے وقفے سے گچ چلاتے رہیں تاکہ چین میں چپکنے نہ لگیں، اچھی طرح گاڑھی ہونے پر چوبیس سے اتار لیں
- ٹھنڈی ہونے پر اس میں پہلے سے ٹھنڈے کئے ہوئے پھل ملا دیں

پریزنٹیشن:

خوبصورت بنی چھوٹی پیالیوں میں نکال کر اوپر سے کئے ہوئے پھلوں سے سجادیں اور ٹھنڈی کر کے خاص مواقع پر یا بچوں کی پارٹی میں پیش کریں۔

اجزاء:

دودھ	ایک لیٹر
چاول	ایک پیالی
چینی	آدھی پیالی
کنڈینسڈ ملک	ایک پیالی
کس پھل	ایک پیالی

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ

پکانے کا وقت: ایک گھنٹہ

افراد: چھ سے سات کے لئے

بیکری اور ایگزیکٹو شیف مہدی سے ملے

”ہمارے ریسٹوران پر ریزنٹیشن میں خصوصی مہارت رکھتے ہیں“



پروفیشنل پر یقین رکھتے ہیں۔ اسی طرح ان کے کام میں مہارت بھی آتی ہے۔

”پاکستانی فوڈ چیمبر کے بارے میں کیا رائے دیں گے؟“

”یہ دنیا بھر میں ہوتے ہیں اور ہماری عوام کی بھی ضرورت ہیں۔ خاص کر گھریلو سطح پر پکانے کی سرگرمی اختیار کرنے والی خواتین اپنے معیار میں بہتری لانا چاہیں تو ان کے لئے یہ چیمبر بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ پاکستانی چیمبر اگر پروفیشنل شیف کی خدمات حاصل کر لیں تو ناظرین کی بڑی تعداد ان کی پیشہ ورانہ خدمات سے استفادہ کر سکے گی۔“

”اپنی فیملی کے بارے میں کچھ بتائیں؟“

”میرے ماشاء اللہ چار بچے ہیں اور ابھی زیر تعلیم ہیں اس لئے نہیں کہہ سکتا کہ کون میرا جانشین ہوگا۔ بیگم گھریلو خاتون ہیں اور انہیں بھی میرے پروگراموں سے بہت دلچسپی ہے۔ میں خود بھی خاصا ڈیسک ہوں۔ چاہتا ہوں کہ فراغت پاتے ہی اپنی فیملی کے ساتھ وقت گزاروں۔“

”آپ کی عید الفطر کا میٹو کیا ہوگا؟“

”روایتی ڈشیں بیگم بنائیں گی اور میں اسٹیشنل چاکلیٹس اور کیک کے علاوہ کچھ نئی ورائٹی کی براؤنز بیک کروں گا۔“

”اپنی پسندیدہ غیر کچی ڈش بتانا پسند کریں گے؟“

”بالکل مجھے فرانسسی ڈش Tomado with Blue Cheese with Brown Mashroom Sauce بہت پسند ہے جسے میں نے اپنے فرانس کے قیام کے دوران کھایا اور بنانا سیکھا اور اس کا ذائقہ اب تک نہیں بھول پایا۔“

میں ہیں، باقی پروڈکشن تو اچھی ہے۔“

”آپ TFD ایکٹس ایوارڈ کے جج بھی ہیں۔ کراچی کے ریسٹورانوں کے معیار کو کیسا پایا؟“

”میں نے بطور جج ریسٹورانوں کے معیار کو جانچا اور پرکھا ہے یہ بہت حد تک بہتر کام کر رہے ہیں۔ خاص کر ان کی پریزنٹیشن بہت عمدہ ہے۔ یہ بہت پرکشش انداز میں کھانا پیش کرنے کا ہنر رکھتے ہیں۔ مگر مجھے جو ایک کیٹس ہوتی ہے وہ یہ کہ اگر وہ یورپین کیوڑین بنا رہے ہیں تو پھر اسے ٹیوژن کیوں کر رہے ہیں۔ اس طرح ان کے کھانے ڈانٹے اور پیکش میں عمدہ ہونے کے باوجود یورپین کیوڑین کے اصل معیار کے مطابق نہیں بنتے۔ یہ پروگرام ایک صحت مند تفریح اور علمی نوعیت کا ہے اور ہر ذوق مند کو فوڈ انڈسٹری میں ایسے مقابلے ہوتے رہتے ہیں۔ اس طرح بہت اچھے ریسٹوران جو عام کلائنٹ کی نظر سے دور ہوتے ہیں ان سے واقفیت ہو جاتی ہے اور باقاعدہ ریسٹنگ ہوتی ہے۔ اس طرح صحت مند مقابلے کی ایک فضا پیدا ہوتی ہے۔ باقی کاروبار تو چلتا رہتا ہے مگر یہ مقابلے آپس میں تعلقات اور کھانوں کے معیار کو بہتر بنانے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔“

”آپ نے محسوس کیا ہوگا فوڈ انڈسٹری میں اب خاصی تہہ لیاں اور انقلاب آنے لگے ہیں کھانوں کی ورائٹی بھی بڑھ گئی ہے؟“

”جی ہاں! الحمد للہ پاکستان میں فوڈ انڈسٹری کا مستقبل بہت روشن ہے۔ آپ دیکھ رہی ہوں گی کہ نئے سیکھنے والے اور کھانوں کی تجارت میں دلچسپی رکھنے والے ایسی انڈسٹری میں نئے نئے چیل لے کر آ رہے ہیں۔ برگرز سے پزا اور پاستا سے اسٹیکس اور اسی طرح کھانوں میں بھی نئے نئے سائے آ رہے ہیں اور انہیں بہت پذیرائی مل رہی ہے اس طرح یہ بڑی خوش آئند بات ہے۔“

”COTHM اور PITHM کو کیسے ادارے پایا؟“

”دونوں ہی پاکستان کے بہترین کھانوں، ہوٹلنگ اور سیروسیاحت کو فروغ دینے والے ادارے ہیں۔ یہاں طلباء کے سیکھنے کے لئے بہت صحت افزا ماحول ہے۔ خاص کر نئی سل کے سیکھنے کو بہت کچھ ہے مثلاً فوڈ جوین الاقوامی سطح پر اعلیٰ معیار کے کھانے پکانا سیکھنا چاہتے ہیں اور فوڈ انڈسٹری میں

شیف مہدی ایگزیکٹو شیف ہیں اور ایگزیکٹو کی اصطلاح اپنے اندر کیا معنی رکھتی ہے؟ وہ بتاتے ہیں ”ایسا شیف جو پورے کچن کا انچارج ہوتا ہے۔ میں کچن کے بعد بیکری سے وابستہ ہوں۔“ کراچی میں رہنے والی قارئین The Pastry Shop سے واقف ہوں گے۔ شیف مہدی نے پیرس سے واپسی پر اس بیکری کی بنیاد رکھی تھی۔ ان کی پیشہ ورانہ تربیت پیرس میں ہوئی اور وہاں درجہ اول کے ہوٹل اور ریسٹوران میں عملی تجربہ حاصل کرنے کے بعد وہ پاکستان لوٹ آئے۔ آپ قارئین نے انہیں مختلف ٹی وی چینلوں پر دیکھا اور جا بجا سراہا۔ بڑی حد تک سادگی سے مشکل یا دیر طلب پکوان کو بھی جلدی معلومات کے ساتھ آن ایئر بنانے کا اپنا منفرد انداز رکھتے ہیں۔ اپنے لئے کھانا پکانا اور ٹیلی ویژن پر دوسروں کے سامنے معمولی اور غیر معمولی باتوں کی تفصیل بتا کر پکانا دونوں مختلف صلاحیتیں ہیں اور یہ کام شیف مہدی جیسے ہنرمند پکانے والے بخوبی جانتے ہیں۔

آپ نے اپنے تعلیمی کیریئر سے متعلق بتایا ”میری ابتدائی تعلیم کا سلسلہ گورنمنٹ اسکول سے شروع ہوا۔ جہاں سے میٹرک کے بعد گورنمنٹ کالج لاہور سے FSC کیا اور پھر B.com کراچی یونیورسٹی سے کیا۔“

”آپ سب سے پہلے کس چیمبر پر آئے؟“

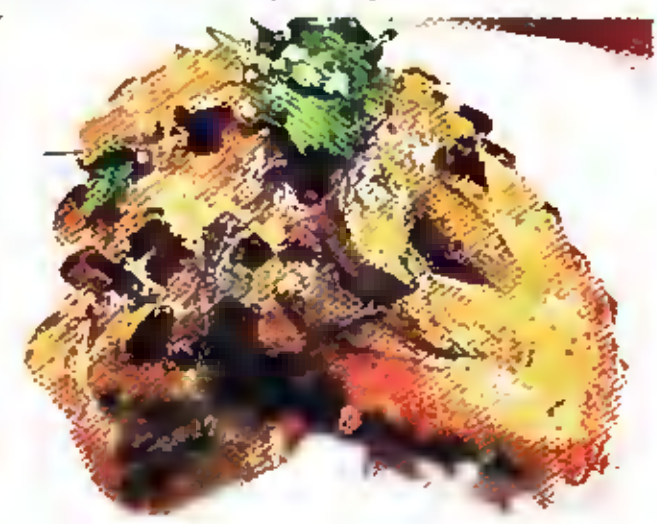
”میں اس سے پہلے بیکری سے وابستہ تھا جب ARY ذوق کی نشریات شروع ہوئیں تو یہاں بلا لیا گیا اور پھر یکے بعد دیگرے تینوں پاکستانی فوڈ چیمبر پر مختلف وقتوں میں کام کیا۔“

”کن کھانوں کی تیاری میں آپ کی ذاتی دلچسپی اور مہارت پائی جاتی ہے؟“

”میں ایگزیکٹو شیف ہوں اور یوں تو نمکین کھانوں میں بھی دلچسپی رکھتا ہوں مگر میرے پیٹھے کھانے زیادہ پسند کئے گئے اور اس طرح یہی شعبہ دسترس کا حال رہا۔“

”ان دنوں آپ مقامی ٹی وی چیمبر پر ماسٹر شیف (پروگرام) دیکھ رہے ہو۔ کیا اس کے معیار سے مطمئن ہیں؟“

”دیکھئے ابھی تو پاکستان میں اس نوعیت کے پروگراموں کا آغاز ہوا ہے۔ ابھی کچھ وقت تو درکار ہے ان کے مجموعی معیار کے بہتر ہونے کے لئے، ایمانداری کی بات یہ ہے کہ میں ان پروگراموں میں شریک ہونے والے افراد کے کام سے مطمئن نہیں۔ یہ لوگ زیادہ دلچسپی نہیں لے رہے جبکہ یہ کام تو انتھک محنت اور دلوں کا ہوتا ہے یا ممکن ہے کہ ابھی یہ لوگ سیکھنے کے مرحلوں





یہ اپنی ذات میں انجمن ہیں

کھانا پکانے اور سکھانے میں ماہر مہینہ آپ میں سے کئی قارئین کے لئے ایک دینا نام ہو سکتا ہے۔ مگر کراچی کے مقامی دستکاری اور کوکنگ کے ادارے سے دلچسپی رکھنے اور وہاں کھانا پکانا سیکھنے والی خواتین اور بچیوں کے لئے آپ جانی پہچانی ہستی ہیں۔ انتہائی سادہ، بے حد پر خلوص اور اپنا ہنر جاننے والی شمیمہ عبدالواحد کا تعارف پڑھئے اور دیکھئے کہ آپ رمضان اور عید سعید پر اپنے ہاں کیسا اہتمام کرنے والی ہیں۔

مزا آتا ہے جب ہم پکانے کی غلطیوں پر بات کرتے ہیں یا مصالحوں کے تناسب کا ذکر کرتے ہیں سرکمپ میں تو ہمارے ہاں طالبات اور ان کی ماؤں کی لمبی انتظار ہوتی ہے اور میں نے محسوس کیا ہے کہ وہ جوان لڑکیوں کی نسبت شادی شدہ اور بزرگ عمر کی خواتین کو پکانا سیکھنے میں زیادہ دلچسپی لیتی ہیں۔“

”سرکپ اور رمضان مبارک میں آپ کیا خاص کھانے پکاتا سکھائی ہیں؟“

”رمضان میں تو چھٹیاں ہو جاتی ہیں شعبان میں ہم افطاری اور سحری کے کھانوں کی ڈشز بنانا سکھاتے ہیں۔ رمضان چلتا رہے میں افطاری کے چھوٹے چاٹ، سموسوں اور عیدائش کے عنوان سے شیرخو مرہ اور دیگر لوازمات بنائے سکھائے۔ حال ہی میں کباب ایڈیشن کے نام سے مختلف کبابوں کی تراکیب سکھائیں۔“

”اب آپ مجھے یہ بتائیے کہ اس بار عید ٹرائی کیسے اور کن لوازمات کے ساتھ تیار کریں گی؟“

”سرائی کا اہتمام تو عید اور چاند رات سے ایک روز پہلے شروع کر دیتی ہوں۔ عید چھوٹی ہو یا بڑی شیر خود مرہ اور بوٹی کباب تو لازمی بنتے ہیں باقی رمضان میں جو چیزیں نہیں آتیں وہ عید پر تانے کا اہل آتا ہے۔ کیک اور چائیز میرے گھر میں زیادہ پسند کیا جاتا ہے۔ شوہر چائیز چاہتے ہیں جبکہ بڑا بیٹا کیک آٹم اور چھوٹا کسی حد تک چھوڑا ہے اسے بھی ہوئی یا خوب مصالحے والی شیر پسند ہیں۔ عید فرائڈ آٹم، بریانی اور کیک بھی پسند کئے جاتے ہیں۔ صبح عید کا سناج گہرنے ساس کے گھر جاتی ہوں اور شام کو سب بہن بھائیوں کے ساتھ می کے گھر بر ملاقات ہوتی ہے۔ میری مکی تو اب حیات نہیں اس لئے ڈیڑی سے ملنے ہر روز جاتی ہوں۔“

”محترمہ آپ نے کب اس شعبے میں قدم رکھا؟“

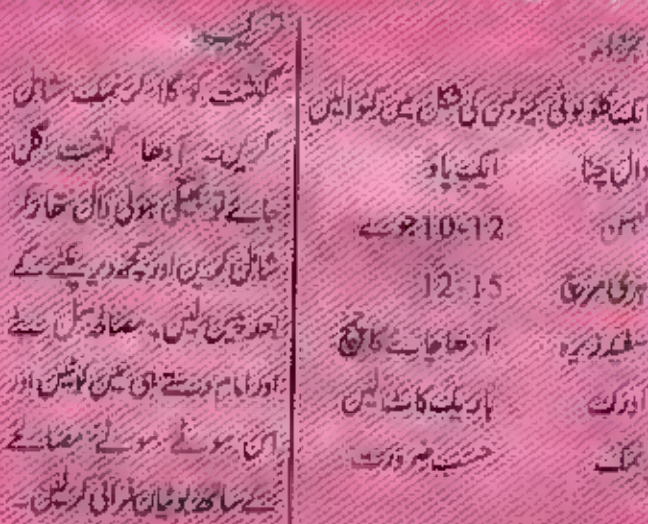
”دس برس پہلے باقاعدہ ملازمت کی مگر 2004ء سے اپنے گھر پر ہی کھانا پکانے کی کلاسز لیتی تھی۔ میری رہائش پرانے شہر کھارادر کراچی کی ہے اور ناور کے قریب فاطمہ ابدانی کے نام سے مبین کیونٹی کا انسٹی ٹیوٹ تھا جہاں سے میں نے سیکھا بھی اور پھر تین برس تک ملازمت بھی کی۔ اس کے بعد مسلم لیڈی ٹیکنیکل انسٹی ٹیوٹ جو کہ رنگون والا ہی کی ایک ڈی جی براؤن تھی وہاں میں دو فنون سکھاتی رہی۔ مہندی نیچر اور کوئنگ نیچر کے طور پر 2012ء تک ملازمت کی اور اسی دوران گل رعنا میں ہفتے میں دو دن کلاس لیتی تھی اب 2013ء سے دھوا جی کے اس مرکز میں کام کر رہی ہوں۔

”کیا آپ کچھ خاص ڈشز میں اسپیشلائزڈ شیف ہیں یا ہر چیز کھانا کھاتی ہیں؟“

”خاص اور عام سٹیٹنگ سے چائینز اور پھر پاکستانی کھانوں تک ہر چیز جو سبکی ہے وہ سکھار ہی ہوں۔ اس میں کوئی طے شدہ ضابطہ نہیں۔ پھر یہاں تو ہر دن کے حساب سے کھانوں کی ترتیب بدلتی ہے۔ فوڈ کورٹ کے عنوان سے 10:30 سے 12:30 بجے دوپہر تک کلاس لیتی ہوں اور پھر دن ڈے کو رنگ کلاسز میں میری ہادی ہر مشکل کو آتی ہے۔ جس کا انگریزی اخبار میں اشتہار دیا جاتا ہے۔“

”تو کتنا شوق اور ولولہ نظر آتا ہے، نو جوان بچیوں میں اور درمیانی عمر کی خواتین کیسی ظالمت ہوتی ہیں؟“

”دیکھئے سکھانے والا ہوتا ہا ایک مین ہوگا۔ جتنی دلچسپی اور دلوں سے طالبات کو اپنے ساتھ لے کر چلے گا اتنا ہی شوق ان میں بڑھے گا۔ مجھے تو بڑا



کچھ مقدس غذائیں

چند نعمتیں خاص



سوڈیم کلورائیڈ

یہ خون کی صفائی، جدت، ماضی، ہیٹ کے ورد، برقان، خون کی کمی میں بے حد مفید ہے۔

کیلشیم کاربونیٹ

ہائے کے علاوہ یورین کی صفائی، ورد گردہ، گھٹیا گرمی اور لوکا اثر، ماہانہ ایام کی بے قاعدگی اور انقباض کی تکالیف کے لئے آکسیر ہے۔

پوٹاشیم نائٹریٹ

تھکن اور لوکے اثر کو زائل کرتا ہے۔

ہائیڈروجن سلفائیڈ

جلدی امراض، دل کام، ہیضہ، بواسیر اور جوڑوں کے درد کے لئے حد درجہ مفید ہے۔

آب زم زم

یہ جنت کی سرور میں سے ایک ہے۔ اس کرہ ارض پر یہ بہترین اور عمدہ پانی ہے۔ کعبہ شریف سے 1.5 کلو میٹر کے فاصلے پر جنوب مشرق میں حجر اسود کی سیدھ میں ایک کنواں ہے جو چاہ زم زم کہلاتا ہے۔ اس میں سے شمار فائدہ مند کیمیائی مرکبات پائے جاتے ہیں جن میں میکینیشیم سلفائیڈ، سوڈیم سلفائیڈ، کیلشیم کاربونیٹ، سوڈیم کلورائیڈ، پوٹاشیم نائٹریٹ اور ہائیڈروجن سلفائیڈ شامل ہیں جن کے خواص الگ الگ ہیں۔

میکینیشیم سلفائیڈ

یہ ایک سمندری نمک ہے جو ہائے کے کام آتا ہے۔

سوڈیم سلفائیڈ

یہ فیض دور کرنے والا نمک ہے گھٹیا شوگر کی بیماری، پیشہ، پتھری گردے کے امراض میں بے حد مفید ہے۔

زیتون اور اس کا تیل

صحت بخش پھل اور بہترین تیل

عرب ممالک کے علاوہ بحیرہ روم، اوقیانوس اور دنیا کے کئی خطوں میں زیتون کھانوں میں استعمال ہوتا ہے۔ عرب اس پھل کی تاثیر پر عقیدہ رکھتے ہیں۔ وہ ناشپتے سے لے کر زرات کے کھانے تک زیتون کھاتے ہیں اور اس کے تیل میں کھانا پکاتے ہیں۔

زیتون کا تیل استعمال کرنے والوں میں امراض قلب، دیابتیس اور موٹاپے کا خطرہ کم ہوجاتا ہے۔ زیتون کے تیل کو چھ مختلف بنائی ہے وہ یہ ہے کہ اس میں بولی لیٹول کی بہتات ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں پورہ غذائی ایضار اور وٹامن E کی مقدار بھی زیادہ ہوتی ہے۔

مختلف اقسام کے زیتون کے تیلوں میں ایکسٹرا ورجن، پور اور ریفاائنڈ کے علاوہ پوسٹ شامل ہیں۔ جن کو تھکن سے آزاد کر کے ڈالنے پاکستان میں متعارف کروایا۔ ایکسٹرا ورجن ڈالڈا اولیو آئل سلاوا اور کھانے پکانے میں استعمال ہوتا ہے۔ ڈالڈا پوسٹ اولیو آئل کو کھانا کم حرارت پر پکانا مفید ہے۔ دیگر تیلوں کی نسبت اولیو آئل ہی بہترین ہے۔



کھجور

مکدورست و لوا ناز ہے کار از

یہ بہترین دوا بھی ہے۔ ایک کیمیائی جوہر Inverter ہوتا ہے جو اس کی شکر کو Fructose میں تبدیل کرتا ہے یعنی یہ 70 فیصدی شکر پر مشتمل ہوتی ہے۔ کھجور میں پروٹین، چونا، آئرن اور وٹامن بھی کافی مقدار میں ہوتے ہیں۔ کھجور کی غذائیت ان کے ہر سوگرام حصے میں اس طرح ہوتی ہے۔

غذائیت	تھکائیات اور وٹامن
فی 15.3%	کیلشیم 120 ملی گرام
پروٹین 2.5%	فاسفورس 50 ملی گرام
روغن 0.4%	لوہا 7.3 ملی گرام
تھکائیات 2.1%	وٹامن C 3 گرام
فائبر 30.9%	آئنائی 31.7 کیلو ریڈ
نشاستہ 75.8%	وٹامن B 20 ملی گرام



آج مٹکا قلفی کھاتے ہیں

یہ ہے گرمیوں کی خاص میٹھی تواضع

قلفی قدرتی دودھ کی آشکریم ہوتی ہے۔ آشکریم کا ذائقہ مختلف ہوتا ہے۔ یہ زیادہ تر کریم سے تیار کی جاتی ہے۔ آج مٹکا قلفی کا ذکر کرتے ہیں جسے بلاشبہ کھانے بنائے دینا بہت مشکل ہے۔ ایک مٹکے والے میٹھے دہی بڑے اور دوسرے یہ قلفی دونوں ہی گرمیوں کے موسم میں خاص فریٹ ہوتی ہے۔ دہلی کی یہ سوغات اب بھی پاکستان میں دہلی جامع مسجد کی مشہور مٹکا قلفی ہی کہلاتی ہے۔ اسی طرح مدینہ قلفی ہاؤس، المدنی قلفی ہاؤس اور چوہدری فرزند علی کی قلفی، ہر کسی کی اپنی اپنی پسند ہے۔ کراچی کی غریب آباد والی مرکزی شاہراہ جولیاقت آباد اور حسن اسکوار کو آپس میں ملاتی ہے۔ شام ہوتے ہی چھوٹے چھوٹے لکڑی کے کیمپ ان قلفیوں اور ان کے شائقین کے لئے دیدہ و دل فرس راہ کر لیتے ہیں۔

رات گئے تک فٹ پاتھ کی رونقیں آنے جانے والوں کو تھیر کرتی ہیں۔ قریب رہنے والے، ذاتی ساریوں والے شائقین کھانے کے بعد میٹھا کھانے بیٹھتے آتے ہیں اور اگر دھوکوں کے بعد میٹھی تواضع کرنی مقصود ہو تو بھی لوگ جوتے اور جوتے آتے ہیں۔ شادیوں کی تقریبات میں بھی جہاں لب شیریں، گلاب جاسن یا کھیر پش کی جاتی ہے اب میٹھے میں بھی قلفی میٹھن کی جانے لگی ہے اور شادیوں کا حال کون نہیں جانتا کہ کس قدر اسراف کے بعد میٹھے پر بھی ہاتھ صاف کرتے ہوئے کھائی جاتے یا نہ پلیٹ میں لی ضرور جاتی ہے۔ بہر حال موضوع کی طرف آتے ہیں۔



کمال صحت کا خزانہ



عبدالوحید

دہلی جامع مسجد کی مشہور مٹکا قلفی بنانے کی رسمیں یہ بتاتے ہیں کہ ہم درجہ اول کا بالائی والا دودھ اس غرض سے لیتے ہیں اور اسے دھیمی آنچ پر پکاتے رہتے ہیں جب دودھ گاڑھا ہو جائے تو پھر اسے اس شکل میں بنا کر چمکڑتے ہیں۔ گھروں سے ہم آگس بکس کر آتے ہیں۔ جن میں یہ رات گئے تک محفوظ رہتی ہیں۔ ہم تقسیم سے پہلے بھی دہلی کی جامع مسجد کے سامنے قلفی ہی کی دکان داری کرتے تھے۔ یہ بازار آسانی پیش ہے۔ کیا آپ یقین کریں گی کہ کئی نامور آشکریم بنانے والے ہمارے تجارتی راز حاصل کر سکیں گی جتنی میں گئے رہے۔ یہ براہ قلفیاں کیا ہماری قلفیوں کا مقابلہ کریں۔ پیاس بجھانے اور نوزی طرز پر فرحت کے لئے کھائی تو کھالیں مگر مدد تو جن کا ذائقہ زبان پر تر رہے وہ ہماری مٹکا قلفی ہی ہے۔

عبدالوحید صاحب نے فخر یہ بتایا کہ "چوہدری فرزند علی ہمارے ہونہار شاگرد ہیں اسی طرح ملا کھیر قلفی والا لاہور کے انارکلی بازار میں کام کر رہے ہیں۔ ہماری تمام تر ایکسٹریکٹس ہیں ذائقہ اپنے اپنے ہاتھ اور لوازمات کے توازن کا ہے۔"

غریب آباد کی اس مرکزی شاہراہ پر مشرف قلفی ہاؤس اور المدینہ قلفی ہاؤس بھی ہیں مگر ہر کسی کا اپنا اپنا ذائقہ ہے۔

سادہ قلفی 40 سے 50 روپے میں دستیاب ہو جاتی ہے جبکہ پیٹے والی قلفی کے مزید 10 روپے اضافہ کر کے علیحدہ ذائقہ محسوس کیا جاسکتا ہے۔

قلفی خوش کرنے کا صحیح طریقہ

امکناہ والی قلفی تو آپ نے بے دھڑکے رہنے پر اتار کے کھائی ہوگی مگر ذائقہ بدھانے کے لئے قلفی والوں کے پاس لال شربت کی بوتلی ہے جس کے دھکن کو کھولنے پر شربت اس میں چند سوزاخ کر دینے کے ہیں اس طرح گاڑھا میٹھا اور خوش ذائقہ قدرتی میٹھوں سے تیار کیا ہوا شربت قلفی کی لکڑیوں پر خوبصورت نقش و نگار جالتا ہے۔ ان کے بعد قالوہ سے کوشاں لکڑیاں جانا ہے اگر آپ قابو سے کے بغیر قلفی کھانا چاہیں تو وہ بھی حاضر ہے۔ چینی گرمیوں کے حملات کو پیٹنے والے دنوں کو ٹھنڈی ٹھارہ والوں کی فرحت عطا کرنے میں جہاں آپ کی الیکٹرانک مصنوعات ساتھ بھالی ہیں وہیں قلفی جلی خذا بھی پیٹے ہیں۔

چوہدری فرزند علی

بھی صدر کا علاقہ کراچی کی بہترین ماریشوں میں شمار ہوتا تھا۔ ریب القضاہ اسٹریٹ کو انھیں اسٹریٹ کہا جاتا اور یہاں ہم کی سے اور پھر یوں کے مزدور شلو انھیں خریدنے جاتے، بوہری یا زادی سستی شاپنگ تو اب بھی لوگ کرتے ہیں آج سے میں پچھلے قومی پردوں راتہ اور شہر کے کڑوں، جوتوں، کونوٹارم اور برتنوں کی مارکیٹ خاص شہرت رکھتی تھی۔ آج بوجھلہ جارہے، کسٹن جا رہے، اور کولڈ اسٹاک بنا چوہدری فرزند علی چھ دار قالوہ سے والی ریزی اور مٹکا قلفی اب بھی اسی جگہ اسی انتہام سے دستیاب ہے۔

ان کے آنے کا پتا دیتی ہے پائل

92

”زردوزی“

ہنراک دستکاری کا

جدید ٹیکنالوجی بھی جسے مات نہ دے سکی

تمثیلہ زاہد

وہ چیزیں جو انسانی ہتھوں کی مدد سے تیار کی جاتیں ان چیزوں کو گھریلو دستکاری کہتے ہیں۔ عصر حاضر میں جدید سے جدید ٹیکنالوجی کا انسانی زندگی پر تسلط گہرا ہے مگر ابورہا ہے۔ قدیم زمانے میں خواتین گھروں میں عمدہ سے عمدہ مختلف کڑھائیں کرتی تھیں۔ وہ اس فن میں ناک تھیں۔ نسل در نسل یہ فن ہم تک پہنچا ہے لیکن اب جدید ٹیکنالوجی کے اس دور میں ایسا لگتا ہے جیسے ہاتھوں کی جگہ مشینوں نے لے لی ہے۔ اب بنییر ہاتھوں کی محنت اور مشقت کے طرح طرح کی مشینیں کڑھائیں سے بنے پلیسٹک بازار میں عام ہیں۔ ان ساری باتوں کے باوجود گھریلو دستکاری پنجاب سندھ کے بیشتر علاقوں میں باقاعدہ گھریلو صنعت اختیار کر گئی ہے۔



اس فن میں آج بھی مشینی زندگی میں لطیف روح پھونک دی ہے۔ دوسرے لفظوں میں جو لطیف احساس اور ثقافت گھریلو دستکاری میں پوشیدہ ہے وہ مشینی کام میں نہیں۔ سادہ سے سادہ وسائل کے ذریعے گھریلو دستکاری انسان کی مہارت، فکر و توانائی کا سوچ دیتی ہے۔ اس کے ذریعے کسی بھی معاشرے کے عقائد، آداب، ثقافت، تہذیب و تمدن، دم و رواج کی جھلک نظر آتی ہے۔ پاکستان کے مختلف



علاقوں میں رہنے والی خواتین کے

پہنے جانے والے لباس اس کی ثقافت کی عکاسی کرتے ہیں۔ پنجاب کی خواتین میں کشمیری کڑھائی، بلتائی کڑھائی، کریشیا، ہوتی ٹانگ، بھلی ٹانگ، کاج ٹانگ وغیرہ مشہور ہیں جبکہ سندھ کی خواتین سندھی کڑھائی میں خاص مہارت رکھتی ہیں۔ اس کے علاوہ سندھ و پنجاب میں زردوزی کا کام بے حد مقبول ہے۔ سندھ و پنجاب میں اس کے کئی گھریلو کارخانے ہیں۔ جہاں خواتین لوگوں کے ذوق کے مطابق مختلف کپڑوں پر اپنی مہارت سے کام کرتی ہیں۔ فن زردوزی، آج کل میں نسیم کے خواب آج بھی، زردوزی کے کام کے لئے سب سے پہلے منتخب ذریعہ ان کو برہنہ پر پینسل یا چین کی مدد سے اتارا جاتا ہے۔ پھر سوئی کی مدد سے تھوڑے تھوڑے فاصلے پر سوراخ کئے جاتے ہیں۔ اس طریقے کو اسٹینسل (Stencil) کہتے ہیں۔ پھر کپڑے کو کڑی کے بڑے چوکے یا فریم پر موٹے سوئی دھاگے سے کس کر تان دیا جاتا ہے۔ کپڑا فریم یا ڈے پر جتنا اچھا کسا جاتا ہے کڑھائی اتنی ہی نیک اور عمدہ ہوتی ہے۔ لہذا اس بات کا خیال رکھا جاتا ہے کہ ڈاڑے پر کپڑا ڈھیلا ڈھالا نہ ہو ورنہ کام میں نفاست نہیں آتی۔ اس کے بعد کپڑے کے اوپر برہنہ بھی ڈراؤں والا رکھا جاتا ہے۔ ڈراؤں والا حصہ نیچے ہوتا ہے اور اس کے اوپر سفید پاؤں جو کہ مٹی کے تیل اور چوک کا کچر ہوتا ہے اس پر پھیرا جاتا ہے اس عمل کے بعد کپڑے پر برہنہ کا کس آ جاتا ہے۔ اب کپڑے پر آئے ہیں نقش پر زردوزی کا کام کیا جاتا ہے۔

زردوزی کے کام کے لئے مختلف نمبروں کی سوئیاں استعمال کی جاتی ہیں۔ موتی، کور اور سلٹی ٹانگے کی سوئیاں الگ الگ ہوتی ہیں۔ زردوزی کا کام کرنے کے لئے جو سوئی استعمال کی جاتی ہے اس کی خاصیت یہ ہے کہ وہ نوک کی طرف سے آگے سے مڑی ہوتی ہے۔ زردوزی کے سامان میں سلٹی، ستارہ، کورا، دہکا خاص طور پر قابل ذکر ہیں جو تانے کے تار سے بننے اسپرنگ ہوتے ہیں۔ ان اسپرنگ پر سنہری اور سلٹی رنگ کی چمکدار پاش بھی کی جاتی ہے۔ اس پاش کو کرنے کی اہم وجہ یہ ہے کہ اس عمل سے کپڑے پر کیا کام برسوں تک کالا نہیں ہوتا۔ سستے تاروں پر سنگل پاش کی جاتی ہے اور مہنگے تاروں پر ڈبل پاش کی جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ستارے، موتی، گنگنے، چلا سنگ سے بنے ہوئے پھول اور پتیاں، تانبے، چیل اور سلور دھات کی پھول پتیاں بھی استعمال کی جاتی ہیں۔ تانبے، چیل اور سلور دھات کی پھول پتیاں تیل کی شکل میں جارچٹ اور

چائنا کرکل کے کپڑے پر استعمال کی جاتی ہیں۔ یہ کام لٹیک ورک کہلاتا ہے۔ جو شادی بیاہ کے جوڑوں کے علاوہ عید تہواروں کے موقع پر بنایا جاتا ہے اور اس کام کے ساتھ ساتھ لباس کی تراش خراش میں جیسی چاہیں تبدیلی کر سکتی ہیں۔ نفاست سے بنے کام کو ہر محفل میں سراہا جاتا ہے۔



دوران حمل روزہ؟

ماں بننے والی خواتین
روزہ رکھیں یا نہ رکھیں؟

یہ وہ سوال ہے جو ہر سال نئی ماں بننے والی خواتین کے ذہن میں بھی اٹھتا ہے اور خاندان کے افراد بھی شش و پنج میں پڑ جاتے ہیں اگرچہ اسلامی تعلیمات کی رو سے انہیں روزہ رکھنے کا پابند نہیں کیا گیا چنانچہ وہ بعد میں ان روزوں کی قضا بھی کر سکتی ہیں۔ تاہم اگر کوئی خاتون یہ سمجھتی ہے کہ وہ روزہ رکھ سکتی ہیں اور اس کے دل میں روزہ رکھنے کی شدید تڑپ بھی رکھتی ہے تو وہ روزہ رکھنے کی ہمت کر سکتی ہیں۔

طبی نقطہ نظر سے ڈاکٹر ز اور ماہرین غذا بیت کا خیال ہے کہ روزہ رکھنے کے بے شمار جسمانی فوائد ہیں۔ روزے کی حالت میں جسم کی غیر ضروری چربی اور اضافی حرارے استعمال ہو جاتے ہیں جس کی وجہ سے جسم بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔

اگر آپ ماں بننے والی ہیں تو فرض روزے رکھ سکتی ہیں تاہم اپنی گائیکا کو جسٹ سے مشورہ بہت ضروری ہے۔ کراچی کے آغا خان یونیورسٹی اسپتال کے ڈیپٹی کے ماہرین بھی اسی رائے کو تسلیم کرتے ہیں۔

جدہ کے اسپتال کے شعبہ امراض نسوان میں خدمات انجام دینے والی گائیکا کو جسٹ ڈاکٹر سمیعہ نے سعودی عرب سے شائع ہونے والے ایک انگریزی روزنامے کو انٹرویو میں بتایا کہ ”روزے سے شکم مادر میں پرورش پانے والے بچے کی نشوونما پر اگرچہ کوئی منفی اثر نہیں پڑتا تاہم اگر ماں کمزور ہے یا اس میں برداشت کی قوت بھی نہیں تو پھر اسے ہدیہ اور کفارہ ادا کرنا چاہئے۔ ابتداء میں ہی اگر کمزوریوں پر قابو پالیا جائے اور ڈاکٹر سے مشاورت جاری رکھی جائے تو عمومی اور زچگی کی صحت کا علم رہتا ہے۔ اسی طرح ہر ماہ معائنہ لازمی ہے۔ اس طرح بچے کی نشوونما کی رفتار کا جائزہ لیا جاسکتا ہے۔ خاتون کے وزن پر بھی نظر رکھی جاسکتی ہے اور اگر کوئی پیچیدگی سامنے آئے تو روزہ رکھنے کی اجازت دئی جاسکتی ہے۔“

ڈاکٹر سمیعہ نے کہا کہ حمل کے ابتدائی 3 ماہ روزہ رکھنے کے حوالے سے قدرے سخت ہو سکتے ہیں کیونکہ ان دنوں خواتین میں مارنگ سبک میں زیادہ ہوتی ہے بچے کے وقت پہلی بھی ہوتی ہے اور کھانے پینے سے رغبت بھی محسوس نہیں ہوتی نہ اگر وہ سحری بھی نہ کریں تو دن بھر میں ان کی طبیعت بگڑ سکتی ہے اگر ایسی خاتون یہ دو وقت گزار لیں یا پھر ایک دن چھوڑ کے ایک دن روزہ رکھ لیں تو رکھ لیں۔

اس سوال کے جواب میں کیا ”نازک اندام اور دہلی پکی خواتین کو زچگی کے دوران روزہ رکھنا تکلیف دہ عمل ہوتا ہے یا فربہ خواتین کے لئے یہ ضرور ناکام ہے؟“ جواب دہ کہتی ہیں ”نازک اندام اگر تقاہت کا شکار ہوں۔ ان کی عمومی صحت خراب ہو تو مسئلہ ہو سکتا ہے۔ فربہ یا بظاہر تندرست نظر آنے والی خواتین کو اگر ہائی بلڈ پریشر کی شکایت ہو تو، یا جن خواتین کے خون میں ہیموگلوبن کی سطح کم رہتی ہے یا جنہیں سرگی کے دورے پڑتے ہیں ایسی خواتین بھی روزہ نہ رکھیں۔ یہ میرا پرخلوص مشورہ ہے۔ اسی طرح جن خواتین کو باقاعدگی سے انسولین اور دوا سن کے انجکشن لگانے کی ضرورت پڑتی ہے انہیں بھی روزے سے گری گرنے کا مشورہ دوں گی۔“

”آپ خاص کر ان خواتین کو سحری اور افطاری میں کبھی غذا لینے کا مشورہ دیتی ہیں؟“

”یوں تو برعکس کو گریسون کے روزوں میں پانی کی زیادہ مقدار استعمال کرنی چاہئے لیکن حاسن طور پر ان بننے والی خواتین کو رات بھر میں وقفے وقفے سے

ڈھانک لیٹر تک پانی پینا چاہئے تاکہ غذا ہضم کرنے کے نظام اور اس سے متعلق اعضاء سے فائدہ داروں کا اخراج ممکن ہو سکے۔ انہوں نے کہا کہ عام دنوں کی طرح انہیں رمضان میں بھی برعکس اور مصالحے دار غذاؤں سے پرہیز کرنا چاہئے۔

پاکستانی کلچر میں مصالحے دار چائے اور ٹکڑوں، سموسوں سے پرہیز نہیں کیا جاتا۔

امراض نسوان اور بچوں کے امور کی ماہر محترمہ سمیعہ نے گفتگو جاری رکھتے ہوئے کہا کہ ”ایسی 3 خواتین روزے نہ رکھیں اول وہ جو جڑواں بچے کی ولادت سے غریب ہوں، قبل از وقت ولادت کا امکان ہو، شدید قسم کی ہارنگ سبک میں لاحق ہو تو پانی کا ویتھ لاء ہونے یا ذل کی دھڑکن کی رفتار بڑھ جانے جیسی علامات ظاہر ہونے لگیں یا Urino کی تالی میں تکلیف ہو تو فوراً روزہ لاڑ دیا جائے یا پھر روزہ سڑے سے رکھا ہی نہ جائے اور بعد میں قضا کر لی جائے۔“

چلے نمکین اسپا نمک کے شفا ی غار

جہاں پرانے امراض 4 روز میں شدت کھو بیٹھتے ہیں

آپ نے SPA کا نام تو سنا ہوگا یہ روایتی یونانی پارلر کی خدمات سے کئی درجے بلند سہولتیں اور خدمات پیش کرتا ہے۔ کئی جدید انداز کے مساج، آئینہ و یک طرفہ طاق سے خلیہ پر کھارہ مسکن، انجمن حال اور اندرونی دور کرنے کے انداز یہاں اپنا سہ جانتے ہیں آج ہم آپ کو لاہور میں نمک کے Spa کی سیر کراتے ہیں جو برصغیر میں اپنی نوعیت کا پہلا مصنوعی غار ہے جسے دوسرے زائر کام، خلیہ کی امراض اور سبہ خوالی کے مریضوں کا شفا خانہ کہا جا رہا ہے۔

یورپ، امریکہ کی کئی ریاستوں اور خلیہ ملکوں میں نمک سے بنے ہوئے کمرے یا انسانی ساختہ نمک کے غار عام ہوتے جا رہے ہیں۔ یہ نمکین کمرے یا غار صحت و تندرستی کو بہتر کرنے کے لئے بنائے جاتے ہیں اور بہتر ہی اس وقت آتی ہے جب لوگ کچھ دیر تک یہاں رکھتے ہیں اور سانس کے ذریعے نمک کے انتہائی باریک ذرات پیچیدہروں میں داخل ہوتے ہیں اس



طرح جسم کی صفائی ہوتی ہے پورا انسانی وجود نئے سرے سے توانا ہو جاتا ہے۔

تاریخی حوالہ

نمک کے غاروں کے ذریعے علاج کی ابتداء 19 ویں صدی عیسویں میں پولینڈ میں ہوئی جہاں ایک معالج نے عیسویں کیا کہ نمک کی کان میں کام کرنے والے افراد کو دمہ، بڑھاپا اور دیگر امراض عموماً لاحق ہوتے ہیں اس کا مطلب ہے کہ اس کام میں ان کی قوت مدافعت عام لوگوں سے بہتر کام کرتی ہے۔ اس کی طبی وجہ یہ معلوم ہوئی کہ نمک سے لبریز ہوا قدرتی جراثیم کش وسیلے کے طور پر کام کرتی ہے اور جسم کی اندرونی آلائشوں کو باہر نکال دیتی ہے جس سے صحت بہتر رہتی ہے۔

یہ پاکستانی Salt Cave Spa لاہور کے علاقے گلبرگ گلبرگ ٹائیس بنایا گیا ہے یہ مصنوعی غار امریکی ادارے فوڈ اینڈ ڈرگ ایڈمنسٹریشن (FDA) سے منظور شدہ معدنی نمک سے تعمیر کیا گیا ہے اس SPA کا فرش بھی نمک سے تیار کیا گیا ہے یہاں سیکوہیز، بیرونی مدد سے نمک کو انتہائی باریک ذرات میں تبدیل کیا جاتا ہے جو بظاہر نظر نہیں آتا مگر انہیں منتشر کروا جاتا ہے۔ نمک کے باریک ذرات ذرات علاج کے سلسلے کی اہم کڑی ہے۔ یہ ذرات سانس کے ذریعے پیچیدہروں میں اثر کر دہاں خون میں شامل ہوتے ہیں اور جراثیم کا مقابلہ کرتے ہیں جو متعدد الرجی و سہ Sinus اور نکل مہاسوں کا سبب بنتے ہیں۔

دیگر طبی مسائل جن میں پرانی بروکائٹس، بھلو، نزلہ زکام، سینے میں لمفی مواد کا بھر جانا، آئیزیریا، کانوں کا انفیکشن، بخون کی کمی (انحصار) اور سبہ خوالی شامل ہیں نمک سے پیچیدہروں کے خوالی راستوں تک پال کے اخراج میں مدد ملتی ہے۔ اس سے غلیم پٹلا ہوتا ہے اور باریک درووں یعنی Oilha کی کارکردگی بہتر ہوتی ہے اور وہ پیچیدہروں سے غلیم کو باہر نکالنے کا کام زیادہ بہتر طریقے سے کر سکتی ہیں۔ محترم طلعت لغویٰ اس Spa کے تعلقات، جامعہ کی ڈائریکٹر سے اسہوں نے گفتگو میں بتایا "آج ہم جس آلودہ ماحول میں رہ رہے ہیں اس کی وجہ سے الرجی کی شکایتیں بڑھتی جا رہی ہیں ہم آسٹریا سے محکمہ صحت کا

نمک درآمد کر رہے ہیں جو سانس کے راستے جسم میں اتارے جانے کے قابل ہے۔ ہماری شہنشاہیں ان نمک کو بخارات میں تبدیل کر کے ہوا میں تحلیل کرتی ہیں۔ میں اپنی مثال پیش کرتی ہوں کہ مجھے کھانسی کی پرانی شکایت تھی لیکن جب سے میں نے اسپا کے لئے کام کرنا اور سماں ٹھیکرا شروع کیا اور سماں موجود بخارات میں سانس لینے سے کھانسی کی تکلیف میں نمایاں حد تک کمی محسوس کر رہی ہوں۔" Salt Cave Spa کے روح رواں عبدالغفور رضا صحت کے مطالبات "یہ دنیا کا دوسرا انسانی ساختہ نمک کا غار ہے" انہوں نے کہا کہ نمک کھانے سے نقصان ہو سکتا ہے لیکن بیرونی استعمال سے حد مفید ہے۔ ایسا مٹی جراثیم کش اور راج سوشل خصوصیات پائی جاتی ہیں۔ یہاں ہم نے نمک کے لئے چھوٹا غار اور خلیہ کی جگہ بنا دی ہے جو سب نظام نفس کی خرابیوں کا شکار ہیں وہ ابھی یہاں سے شفا پاتے ہیں انہیں جن دلکشی کے اضافے میں ان SPA کا چھوٹا کردار ہے ان سوال کے جواب میں اسہوں نے کہا "سماں تھوڑی دیر قیام سے بڑی آسٹ: (قولون) کی صفائی میں مدد ملنا شروع ہو جاتی ہے اس طرح جلد چمکدور، شادمانہ اور کھری جاتی ہے تاہم اپنے مہمانوں کو یہ مشورہ دیتے ہیں کہ آپ پیچیدہروں کے پیچیدہروں کو کر کے سانس دیکھیں اور پھر اپنی ضرورت اور آلہ کے مشورے سے کچھ وقت دینا۔ (آسٹ) رہے کہ نظر کنہار کے قریب واقع نمک کی کان میں بھی ایک اسپتال بنانا چاہتے ہیں جہاں خالص سے مریضوں کا علاج کیا جاتا ہے۔ لاہور کے اس جدید اسپتال رواج کے مطابق گلبرگ میں اس نمک کی کان میں جہاں اسپتال سے وہاں سوجھ بوجھ، خدمات میں ہونے والی تقریر یا قسم: چکا ہے ان لئے وہاں علاج بننے والے آلہ والوں کو خاصا وقت کر دیا جاتا ہے۔ ان سب سے اسپتال پیکٹائیس، پیکٹائیس ہسپتال پر چھوٹا ہے۔ مشورے کے ذریعے وہی نمک حاصل ہو سکتے ہیں جو پیچیدہروں کی کان میں 3 ماہ کے علاج سے مل سکتے ہیں۔

اسکرین بیوٹی، صلاحیت بھرا چہرہ مول شیخ



وہ اسکرین بیوٹی تو ہے مگر اصل زندگی میں زیادہ پرکشش نظر آتی ہے۔ گندی رنگ، کچھ نقوش، ہوتا سا قد، شانوں تک ترانے ہوئے بال جنہیں اس نے لہر لہر کیے دار انداز میں ترشوا یا تھا۔ سادہ، سوئی لباس اور پچھل میک اپ میں مول شیخ واقعی منفرد، ہادقار اور پیاری لگتی ہے۔ اس کی والدہ زینت منگھی بھی جاوید شیخ سے شادی سے پہلے ایسی ہی خوبصورت ہوا کرتی تھی۔ زینت اب تو عرض ہوا ماڈلنگ چھوڑ چکی ہیں مگر جاوید اب بھی یہی کام کر رہے ہیں کہ وہ بھی اداکاری ہی کے لئے موزوں شخصیت ہیں۔

ریلیز ہو جائے مگر بھی شان جیسے باصلاحیت اداکار کے مقابل کام کرنا ہرگز آسان نہ تھا۔ کیونکہ فلم دیکھنا اور فلم میں اداکاری کرنا دو بکسر مختلف کام ہیں۔ میں شان کا ہاتھ تھامتے ہوئے قہر قہر کانپی جا رہی تھی پتا نہیں لوگ کیسے اعتماد سے رومانوی سین کر لیتے ہیں۔

”ناج میں اپنے کردار سے متعلق کچھ بتاؤ؟“

”تھوڑا سا تجسس باقی رہے دیں۔ اچھا ردل ہے جواب تک میں نے ٹی دی پڑ نہیں کیا۔ فلم ریلیز ہوگی تو آپ لوگ مجھے اور بھی چاہیں گے۔“

”کیسے کردار کرنے کی تمنا ہے؟“

”آج کل میں منفی کردار ادا کرنے کی سوچ رہی ہوں۔ یہ کروا اپنے اندر بڑی جامعیت، کشش اور پرفارمنس کی گنجائش رکھتے ہیں یا یوں سمجھ لیں کہ میں روتے رلاتے ہوئے اب تھکنے لگی ہوں۔ اس لئے تھوڑا سا موڈ تبدیل کرنے کی سوچ رہی ہوں دیکھتے کہ اس نئے موڈ میں ناظرین مجھے سراہتے ہیں یا نہیں۔ دراصل میں کوشش کر رہی ہوں کہ در سائل اداکارہ کہلاؤں۔ آئندہ فلم کے لئے بھی میری ترجیح ایسے کردار ہوں گے جو مجھے پسند آئیں گے یا جو میری پسندیدگی کا گراف بڑھا سکیں۔ اتنا کام کرنے یا اداکاروں کے خاندان سے تعلق رکھنے کے بعد میرا حق تو بنتا ہے۔“

کیا۔ میں اس نتیجے پر پہنچی ہوں کہ اصل میں گھر نل ڈیوٹی مانگتا ہے لہذا جب تک فیملی آگے نہیں بڑھتی میں ڈرامہ اور فلم کر رہی ہوں۔ مجھے شوہر کی مکمل سپورٹ ہے۔“

”سنا ہے جاوید شیخ بچوں کے لئے شوہر ورلڈ کو مناسب نہیں سمجھتے؟“

”ہر اداکار اسی طرح سوچتا ہے۔ کام اور تفریحات میں تو فرق ہونا چاہئے۔ یہ کام سنجیدگی سے کرنے والا اور قطعی حقیقی ہے۔ میرے خاندان بڑے کئی افراد مثلاً چچا، ابو، پھوپھا جان اور اب میرے کزن شہروز اور بھائی بھی اس فیلڈ میں ہیں۔ کن سے ملنا ہے کیا بات کرنی ہے؟ کون کیسی مہارت رکھتا ہے یا کون وقت ضائع کرتا ہے؟ سب کچھ پتا رہتا ہے۔ خاتون آرٹسٹ اپنی عزت اور مرتبے کا یقین خود اپنے رویے سے کر سکتی ہے کوئی کسی کو بے وقوف نہیں بنا سکتا۔ اگر آپ ہر کسی پر اعتماد کر لیں گی تو یہ دنیا ہے تو وہ لکھے اچھے وہ تو اپنا کھیل جاری رکھیں گے۔ پھر بھی میں کہوں گی کہ اب پڑھ لکھ اچھے گھروں کے لڑکے لڑکیاں آرہے ہیں۔ پروڈکشن اسٹاف ہماری بہت عزت کرتا ہے۔“

”آنے والی فلم کے بارے میں کچھ بتاؤ؟“

”یہ میرے لئے کسی ایڈونچر سے کم نہیں تھا۔ یہ فلم ”ناج“ ممکن ہے جلد ہی

ٹیلی ویژن سے شہرت پانے والی مول ان دنوں لائی وڈ کی فلم کی عکسبندی میں حصہ لے رہی ہیں اور آپ انہیں مقامی چینل کے مارننگ شو میں بھی دیکھ رہے ہیں۔ مول اداکار جاوید شیخ اور زینت منگھی کی صاحبزادی ہیں۔ زینت 70 کی دہائی میں ٹی وی کمرشلز کرتی رہی ہیں۔ جاوید شیخ پاکستانی فلم انڈسٹری کے نامور اداکار ہی نہیں ہدایت کار بھی رہے ہیں۔ انہیں پڑوسی ملک کے بڑے سینرز کے ساتھ کام کرنے کا موقع ملا۔ آج کل یہ خود بھی ڈرامہ انڈسٹری سے وابستہ ہیں۔ جب جب مول کا ذکر ہوگا جاوید صاحب کا ذکر بھی ہوگا۔

”مول تم تو بنی بنائی آرٹسٹ ہو گھر سے یقیناً Support تو ملی ہوگی؟“

”ہر کوئی مجھ سے پہلا سوال یہی کرتا ہے۔ کچھ تو یہ ہے کہ بڑے آرٹسٹ کی اولاد ہونا کوئی معنی کم ہی رکھتا ہے جب تک کہ آپ انفرادی کارکردگی کا اچھا مظاہرہ نہ کریں۔ یہ پڑوسی ملک میں ہوتا ہے کہ آرٹسٹ اپنی اولاد کو فیلڈ میں متعارف کرانے کے لئے فلم میں پیسہ لگاتے ہیں اور بچے کو پہلی فلم گھر ہی سے ملتی ہے۔ پاکستان میں ویسا کچھ ہی نہیں۔ ابوی نے مجھے شادی سے پہلے اس فیلڈ میں نہیں آنے دیا اور شادی بھی اس شرط پر نہیں کی کہ شوہر کام کی اجازت دیں گے۔ اب اداکاری کے جراثیم تو تھے ناں اس لئے تھوڑا گھراور تھوڑا بہت کام ساتھ ساتھ شروع



”کیا پڑوسی ملک جاؤ گی اگر اچھا کر دار مل رہا ہو؟“

”یہ تو بہت آگے کی بات ہے ابھی یہ نہیں کہہ سکتی لیکن ہر حال میں یا ہر قیمت پر تو پڑوسی ملک نہیں جایا جاسکتا اور یہاں بھی فلم سوچ سمجھ کر سہاں کر دے گی جیسے اب تک ٹیلی ویژن کا سیریل اسکرپٹ اور نیم کو دیکھ کر ہی کرتی رہی ہوں۔“

”پسندیدہ اسٹائل آن ٹیکلون؟“

”ایمان علی، عائشہ مراد آمنش“

”اور تمہارا اپنا اسٹائل کیا کہلاتا ہے؟“

”سادگی اور صرف سادگی۔“

”حال ہی میں تم نے مارٹنک شو بھی کیا یہ تجربہ کیسا رہا؟“

”شو بڑی اس دنیا میں کام جانے کی لگن رکھنے والوں کے لئے بڑی وسعت ہے۔ میں نے بھی اس تجربہ کو اس سے کچھ موتی چنے کی کوشش کی۔ میں ٹائپ کا سٹ نہیں بننا چاہتی اس لئے خود اپنے آپ کو دریافت کرنے کی کوشش کر رہی ہوں۔ مارٹنک شو کے اصل ناظرین عام گھریلو خواتین ہوتی ہیں یا وہ مرد حضرات بھی جن کے دفتری اوقات کا رگیا رہ بجے کے بعد شروع ہوتے ہیں۔ ان پروگراموں میں تفریحی عنصر تو ہوتا ہے لیکن یہ معلوماتی اور انٹیلیجنٹ کلک کے بھی ہوتے ہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ روزانہ کا یہ پروگرام ایک عام گفتگو پر مشتمل نہ ہو بلکہ میرے ناظرین کو ذہنی چالاخی، میری کامیابی اسی میں ہے کہ میں لوگوں تک علم پھیلاؤں اسی سے مجھے اطمینان بھی ہوتا ہے۔“

”کوئی ایسی تین شخصیتیں جن کے بغیر دنیا ادھوری لگے؟“

”میری امی ہی ایسی شخصیت ہو سکتی ہیں۔“

”پسندیدہ فلم؟“

”دل والے دلہنیا لے جائیں گے۔“

”کب خود کو اکیلا تصور کرتی ہیں؟“

”جب اپنے میاں صاحب سے دور ہوتی ہوں۔“

”پسندیدہ ملک؟“

”ہر وہ جگہ جہاں ساحلی علاقہ، دلفریب، دوشلا سری لنکا، تھائی لینڈ، بلی اور اپنا ہاؤس ہے۔“

”کس بات سے نفرت ہے؟“

”جھوٹ اور سہالہ آرائی ہے۔“

”پاکستان کو کیسا پایا؟“

”اپنا وطن دلیس ہے۔ یہ ہے تو ہم ہیں اور جب کبھی باہر جاؤں تو دو ماہ سے زیادہ عرصہ نہیں ٹھہر سکتی۔“

”اپنے تعلیمی کیریئر سے متعلق کچھ بتانا چاہو گی؟“

”میں نے مارٹنک اور ایڈورٹائزنگ پر مبنی ہے اسی شعبے میں کام کرتے رہنا چاہوں گی۔“

”خوبصورتی اور تقدس آپ کی نگاہ میں؟“

”میری امی کی شخصیت میں یہ دونوں خوبیاں موجود ہیں۔“

”کوئی ایسا زور جس کے بغیر میک اپ ادھورا لگے؟“

”اپنی مٹلٹی کی انگوٹھی، جو شاید ہی کسی ذرا سے کی ریکارڈنگ میں نہ پہنی ہو۔“

کوکنگ اور گھرداری کی رہنمائی کے لئے ڈالڈا ایڈوانٹری سروس

رکھ کر تیزی سے کس کریں اور چوبے سے اتار لیں۔

انڈوں کی سفیدی کو پھیٹ کر جھاگ بنانے کا صحیح طریقہ بتادیں، مجھ سے یہ کام نہیں ہو پاتا اور بہت محنت کے بعد اگر پھیٹ بھی لوں تو تھوڑی دیر بعد پاؤں کی تہہ میں پانی کی طرح انڈوں کی سفیدی دوبارہ جمع ہو جاتی ہے اور یہ بھی بتادیں کہ کیا الیکٹرک بیٹر کے بغیر انڈوں کی سفیدی کے جھاگ نہیں بنتے، میں کانٹے سے پھینکتی ہوں؟



بہترین نتائج حاصل کرنے کے لئے انڈوں کی زردی اور سفیدی کو بہت احتیاط کے ساتھ علیحدہ کیجئے، زردی کی معمولی سی موجودگی بھی انڈوں کی سفیدی کے جھاگ بنانے میں حائل ہوتی ہے۔ اسی طرح جس برتن میں سفیدی پھینٹیں اسے بہت اچھی طرح دھو کر خشک کر لیجئے کسی بھی قسم کی چکنائی یا نمی کی موجودگی مناسب نہیں، اس کے علاوہ انڈوں کی

سفیدیوں کو پھیٹنے سے قبل ایک چٹکی نمک شامل کر لیا جائے تو بہت کم وقت میں بہترین نتائج حاصل کئے جاسکتے ہیں۔ اگر کسی بیٹھے کی تیاری کے لئے سفید یاں پھیٹ رہی ہیں تو مقدار کو ایک چٹکی سے بھی کم کر لیجئے اتنی مقدار بھی موثر کردار ادا کرے گی۔ نیز آپ نے الیکٹرک بیٹر کے بارے میں دریافت کیا ہے جی ہاں اس کے بغیر بھی ہینڈ ورسک کے ذریعے آپ اس کام کو کر سکتی ہیں۔ کاٹنا استعمال کرنے کی صورت میں کافی وقت اور محنت درکار ہوتی ہے۔ اس بات کا خیال رہے کہ فرج کے رکھے ہوئے بہت ٹھنڈے انڈوں کو پہلے کمرے کے درجہ حرارت پر آنے دیں یہ بہت ضروری ہوتا ہے۔

ہمارے ہاں افطار کے وقت ڈیپ فرائی کی ہوئی اشیاء کا استعمال بہت زیادہ ہوتا ہے میرے بہت سبھانے پر بھی گھر کے تمام افراد کی فرمائش پر مجبوراً بہت سے پکڑے وغیرہ بنانے پڑتے ہیں پھر روزہ داروں کا خیال بھی آتا ہے کہ ان کی پسند کے مطابق افطاری تیار کرنا ضروری ہوتا ہے امید ہے آپ کے پاس تھیروراس کا حل موجود ہوگا؟

آپ کی بات بالکل بجا ہے بیشتر خواتین خانہ اسی مسئلہ سے دو چار رہتی ہیں اس سلسلے میں آپ کے معمولات میں بھی کسی قدر تبدیلی رونما ہوگی، کیونکہ صرف کھانے والے ہی نہیں بلکہ پکانے والے بھی برس برس سے معمول کے مطابق مین کا آمیزہ تیار کرنے کے بعد دیگر روایتی اشیاء جیسے فروٹ چاٹ، چھوٹے، دی بڑے اور مشروبات کی تیاری میں



مصروف ہو جاتے ہیں اور افطار سے کچھ دیر قبل گرم گرم پکڑے اور سمو سے وغیرہ تیار کرتے ہیں اعتدال میں رد کر ڈیپ فرائڈ اشیاء کا استعمال بالکل بھی معتبر نہیں سوائے اس کے کہ صحت سے متعلق کسی کیفیت کے سبب معالج نے پرہیز تجویز کیا ہو اور اس سے بھی زیادہ اہم یہ کہ ان اشیاء کی تیاری میں غیر معیاری کچی یا کوکنگ آئل استعمال ہو رہے ہوں، لہذا

کیک اسپانس کیا ہوتا ہے کیا اس کے بغیر کیک نہیں بنتا، اسے گھر پر تیار کرنے کا کیا طریقہ ہے؟



کیا اسپانس کیک کے بغیر اسٹیج کیک اور پونڈ کیک دونوں بن سکتے ہیں لیکن بعض کیک ایسے ہیں جن میں خصوصیت کے ساتھ شامل کیا جاتا ہے ان میں کرسس کیک اور کیرٹ کیک مشہور ہیں اور یہ بازار میں با آسانی دستیاب ہیں آپ گھر پر بنانا چاہیں تو دار چینی، جاکٹل، چھوٹی الائچی اور چاہیں تو لونگ شامل کر لیں ان تمام اجزاء کو باریک چس کر استعمال کیا

جاتا ہے۔ یہ خوشبودار مصالحہ بین کیک، وافر اور براؤنیز میں شامل کیا جائے تو ان میں ایک منفرد ذائقہ اور مہک پیدا ہو جاتی ہے۔ انہیں برابر برابر مقدار میں یا پھر حسب پسند شامل کیا جاسکتا ہے۔

آپ وائٹ سوس جو کہ مختلف قسم کے پاستا کی تیاری میں استعمال ہوتا ہے مجھ سے صحیح نہیں بنتا اس کا ذائقہ بھی گھر والے پسند نہیں کرتے اور اکثر بہت خشک اور سخت سا ہو جاتا ہے، امید ہے کہ آپ کی مدد سے میں اس مسئلہ کو ضرور حل کر سکوں گی؟

گھر والوں کو وائٹ سوس پسند نہ آنے کی ایک وجہ یہ ہو سکتی ہے کہ اکثر ہماری ذاتی پسند و ناپسند کے معیار پر پورا نہ اترنے والی چیزوں کو دیگر بہت سے لوگ پسند کرتے ہیں۔ ایسی صورت میں آہستہ آہستہ نئی چیزوں سے مانوس ہو جاتے ہیں۔ جہاں تک اس کی تیاری کا تعلق ہے تو اس کے لئے آپ چند بنیادی باتوں کا خیال رکھیے



اور دیکھئے کہ آپ کتنا مزیدار سوس بنا سکتی ہیں۔ پہلی یہ کہ کھن اور میدے کی مقدار کو برابر رکھیے بہت احتیاط سے اجزاء کی پیمائش کیا کیجئے۔ کھن کو پگھلاتے ہوئے اس میں چند قطرے کوکنگ آئل شامل کر لیے جائیں تو کھن نہیں جٹا۔ آٹے بھی بہت ہلکی رکھا کریں۔ میدہ شامل کرتے ہوئے مسلسل ورسک کی مدد سے چلاتی رہیں اس طرح وہ یکساں پکے گا کناروں وغیرہ سے زیادہ آٹے لٹنے کے سبب وہ تھوڑا سا بھی جل جائے تو تمام سوس کا ذائقہ خراب ہو سکتا ہے۔ خوشبو آنے لگے تو تین کو چوبے سے اتار لیں اور آہستہ آہستہ نیم گرم دودھ شامل کریں اور مسلسل ورسک سے چلاتی رہیں۔ اچھی طرح یکجان ہونے پر چند لمحوں کے لئے چوبے پر رکھیں۔ مسلسل چلاتے ہوئے اتنا پکائیں کہ اسکے گاڑھے پن میں تھوڑا سا اضافہ ہو جائے لیکن ابال ہرگز نہ آنے پائے، اب حسب ذائقہ نمک اور تازہ کئی ہوئی کالی مرچ شامل کر دیں۔ یہ ہے بنیادی طریقہ اس پر عمل کیجئے اور مزیدار سوس تیار کیجئے۔ آخر میں ایک خاص بات یہ کہ نمک اور کالی مرچ کے ساتھ معمولی سی مقدار میں یعنی ایک چٹکی پھر پیسی ہوئی جاکٹل شامل کر دی جائے تو یہ اور بھی ذائقہ دار ہو جائے گا۔ اس کے علاوہ دودھ کی بجگہ بننے بھی استعمال کی جاسکتی ہے اور ترکیب میں دی گئی مقدار کو آدھی دودھ اور آدھی بننے ملا کر بھی سوس تیار کیا جاتا ہے۔ پھر بھی کسی وجہ سے زیادہ گاڑھا یا خشک معلوم ہو تو آپ سوس کو چوبے سے اتار کر تھوڑا تھوڑا نیم گرم دودھ شامل کر کے اچھی طرح ورسک سے چلائیں مطلوبہ گاڑھا پن حاصل ہونے پر تھوڑی دیر ہلکی آٹے پر

از رمضان کے روزوں میں بہت کھلت رہے گی۔ ساتھ ہی ایک آزمودہ ٹوکہ پیش خدمت ہے یہ عام صحت مند افراد کے لئے ہے جو کہ محض روزہ کی حالت میں سرور کا شکار ہوتے ہیں اور وہ یہ کہ سحر کے کھانے کے سب سے آخر میں ایک عدد کھجور تناول فرمایا کریں۔ ان مشوروں پر عمل پیرا ہو کر سرور سے محفوظ رہنا ممکن ہوگا۔

آپ کسی کے گھر ستوپے تھے بہت اچھے لگے، میں نے بازار سے منگوا کر گھر پر بنائے تو ان کا ذائقہ بالکل ہی مختلف تھا مجھے صحیح طریقہ بتادیں کہ میں بھی گھر پر مزیدار ستوتیار کر سکوں؟ خالدہ یوسف... راولپنڈی

اگر صرف ذائقہ مختلف تھا تو پھر اس کی ایک وجہ ستوتی قسم ہو سکتی ہے۔ کیونکہ بازار میں پنے، جو، چاول اور گندم کے ستو دستیاب ہیں اسی طرح مختلف اناج کے استخراج سے بھی ذائقہ مختلف ہو جاتا ہے مثال کے طور پر جو اور پنے یا پنے اور مرمرے کے ستوتیار ملتے ہیں چاہیں تو گھر پر بھی دو یا تین جتنے چاہیں ستو ملا کر تیار کر لیں۔ اسی طرح آپ وہ ذائقہ دریافت کر سکتی ہیں جو آپ کو پسند آیا تھا۔ دوسری وجہ یہ بھی ممکن ہے کہ عام چینی اور براؤن شوگر میں سے کیا شامل کیا گیا۔ کیونکہ دونوں کا ذائقہ مختلف ہوتا ہے آپ اپنی پسند کے مطابق انتخاب کر سکتی ہیں۔ اب مرحلہ آتا ہے تیاری کا، ہمیشہ خیال رکھیے کہ چینی براؤن شوگر یا گڑ کے پانی میں ستو بھگوئیں۔ بلکہ اچھی طرح چھان کر پھٹکنے کے بعد انہیں صاف پانی میں مٹی کے برتن میں بھگوئیں۔ جب اچھی طرح بھول جائیں تو احتیاط سے آہستہ آہستہ تھار کر دوسرے برتن میں اسی طریقے سے انڈیلیں کہ اگر مٹی یا کنکر موجود ہوں تو وہ اسی برتن کی تہہ میں رہ جائیں جس میں ستو بھگوئے گئے تھے۔ اس طریقے کو عرفیہ عام میں شمشوکرا بھی کہتے ہیں عموماً گھروں میں دال چاول کو اسی طرح صاف کیا جاتا ہے۔ اس عمل کو تین مرتبہ دہرائیں لیکن جس پانی میں ستو بھگوئے ہیں اسے ضائع مت کریں اسی میں تین مرتبہ تھاریں۔ آخر میں حسب ذائقہ شکر کا شیر، چینی، براؤن شوگر یا گڑ کا چھنا ہوا شیر شامل کر کے ٹھنڈا کر لیں۔ اگر زیادہ گاڑا محسوس ہو تو مزید پانی شامل کر دیں لیکن اس کے بعد کم از کم آدھ ٹھنڈے کے لئے ڈھانپ کر ضرور رکھیں اس سے ذائقہ اچھا ہو جاتا ہے۔

Tip of the month Contest کے نتائج

ونر ٹرپ

اس کو میسٹ میں پہلی پوزیشن رخسانہ حمید (کوئٹہ) نے حاصل کی۔

مہندی کارنگ گہرا کرنے کے لئے مہندی خشک ہو جانے کے بعد ہاتھوں پر لمگی سی دس لگا کر 20 منٹ تک چھوڑ دیں۔ اس کے بعد نیل اسپن کے ساتھ اسے اتار لیں اور کچھ دیر کے بعد سادہ پانی سے ہاتھ دھو لیں۔

اس ماہ کے کوٹیسٹ میں عائشہ منیر۔ رحیم یار خان اور خنار تہم۔ سہیلوال رزاق قرار پائیں۔

آپ بھی اپنی آزمودہ ٹپ پی اوکس 3660 کراچی پر ارسال کیجئے منتخب ٹپ آپ کے نام کے ساتھ شائع کی جائے گی اور آپ جیت سکیں گی ایک خوبصورت تحفہ



Helpline : 0800-32532

Mailing Address: P.O. Box 3660, Karachi, Pakistan

Email Address: dalda.advisory@daldafoods.com

Website: www.daldafoods.com

مناسب مقدار میں معیاری بنا پتی یا کوکنگ آئل میں روزہ داروں کی فرمائش پوری کیجئے اور ساتھ میں ابلے ہوئے کبابی چنوں، پنے کی دال، سرخ لوبیا، سفید لوبیا اور ابلے آلو کی چاٹ یا پھر فرانی کی ہوئی ہوئے سزیوں یا چکن کے کٹلنٹس اور خصوصیات کے ساتھ کچی سزیوں کی سلا کو اظفار کے سیلے کا حصہ بنائیں۔ آپ بکھیں گی کہ دسترخوان پر ان لذیذ ڈشز کا اضافہ آپ کے گھر والوں کو پسند بھی آئے گا اور ذیچ فراہم اشیاء کے استعمال میں اعتماد بھی آئے گا۔

میں مصالحو اور ہلکا سا بیسن لگا کر مچھلی کو میرینٹ کرتی ہوں اور کڑا ہی میں ڈیپ فرانی کر لیتی ہوں، اسے نیچے بڑے سب شوق سے کھاتے ہیں اس لئے ہفتہ میں ایک سے دو مرتبہ تو بناتی ہوں لیکن مچھلی کو تیل کے بعد جو کوکنگ آئل کڑا ہی میں بچ جاتا ہے وہ کسی کام کا نہیں رہتا براہ مہربانی رہنمائی فرمادیں؟



آپ نے جو ترکیب لکھی ہے اس کے مطابق تیاری جانے والی مچھلی کو ڈیپ فرانی کرنا ضروری نہیں، آپ اسے فرانگ بین میں یا آسانی شیلو فرانی کر سکتی ہیں اس طرح اس میں بہت کم مقدار میں بنا پتی یا کوکنگ آئل استعمال ہوگا، نیز اگر آپ کے پاس اوون موجود ہے تو پھر کوئی ٹرے یا روٹنگ ٹرے پر ایلو سیٹیم فوئل بچھا کر مچھلی کو میرینٹ کئے ہوئے تھلے ترتیب سے رکھ کر

تھوڑا سا کوکنگ آئل چھڑک کر پری ہیٹ کئے ہوئے اوون میں بیک کر لیں۔ جہاں تک کڑا ہی کے تیل کو قابل استعمال بنانے کا تعلق ہے تو اس کے لئے چھلنی پر نشہ پھیرا کر کے بچھائیں اور اس میں تیل کو چھان لیں۔ دھلی ہوئی خشک کڑا ہی میں بیسن کے صاف ستھرے جوئے پھل کر چھانٹے ہوئے تیل میں براؤن ہونے تک پکائیں اور چولہا بند کر دیں، ٹھنڈا ہونے پر دیئے گئے طریقہ کے مطابق چھان کر اس کو ہانڈی کی تیاری میں استعمال کر لیں۔ بہتر ہوتا ہے کہ ضرورت سے زیادہ مقدار میں تیل کڑا ہی میں نافذ ملیں اور ایک دوسرے سے زیادہ سے فرانگ وغیرہ میں استعمال نہ کریں۔

روزہ کے دوران سر میں درد کی شکایت رہتی ہے، ایسا کیوں ہوتا ہے اور اس کا کیا علاج ہو سکتا ہے؟



اس سلسلہ میں اپنے قریبی معالج سے معائنہ کروائیں ان کی مدد سے آپ سرور کی وجوہات بھی جان سکیں گی اور ساتھ ہی اس کا علاج بھی اس کے علاوہ ہائی بلڈ پریشر، ذیابیطس، امراض قلب اور تیزابیت اور ہیشمی جیسے امراض میں رمضان المبارک کی آمد سے قبل معائنہ اور معالج کا مشورہ بے حد ضروری ہیں۔ دیگر افراد جو کہ صحت مند ہیں ان میں روزہ کی حالت میں

سرور کی وجوہات میں نیند کے اوقات کی تبدیلی پانی اور چائے کو فی کثرت استعمال کرنے والے افراد میں روزہ مرہ کے خلاف کشین کی اچانک کی، نا کافی یا غلٹ میں کی گئی سحری اس کے علاوہ اظفار کے فوراً بعد کھانے کی زیادتی، مرغین اور دیر بہم خورداک کا استعمال شامل ہیں۔ ایسی صورت میں اطمینان سے سحری کرنا اور خصوصاً صبح کا وقت ختم ہونے سے قبل یعنی دیر سے سحری کھانا بہترین طریقہ ہے، ورنہ جگہ والے افراد یا تورات کے اوائل پہر میں کھانا کھا کر سو جاتے ہیں کیونکہ صبح سے قبل بیدار ہونے میں دشواری ہوتی ہے یا پھر ایسے افراد سحر کے وقت بمشکل بیدار ہو پاتے ہیں اور انتہائی غلٹ میں انتہائی لگیل اور نا کافی مقدار میں کھاتے پیتے ہیں۔ اس طرح کے معمولات کو درست کرنا بہت ضروری ہے۔ چائے اور کوئی کثرت پینے والے افراد کو بھی رمضان سے قبل ان عادات پر قابو پانا چاہیے اور بتدریج کم مقدار پر انھما کی عادت ہو جائے

سبزیاں اگائیں پانی میں

یہ ان ڈور باغبانی کا ماحول دوست انداز ہے

نرگس ارشد رضا



میں دو سے تین سال تک کا وقت لیتا ہے اسی طرح اسے وہی اگاسکتا ہے جس میں مبر اور برداشت ہو کہ وہ فصل سے تین سال گزرنے کا انتظار کرے اور ہر روز واٹر جار کا پانی بدلے رہے۔ یہ ایک بھوکا پودا کہلاتا ہے اور اسے روزانہ Liquid Organic Fertilizer کی ضرورت رہتی ہے بالکل اسی طرح ناشپاتی اور گاجر بھی واٹر کنٹینر میں با آسانی اگائی جاسکتی ہیں۔

رکھیں جہاں براہ راست سورج کی روشنی اسے ملتی رہے۔

• کسی بھی سبزی کا اختیاری حصہ کھرایا تو بچ کر اسے ڈسٹ بن کی نذر نہ کریں بلکہ اسے واٹر کنٹینر میں ڈال دیں اور اگلنے دیں۔ اپنے اس عمل سے آپ خود حیران رہ جائیں گے۔ بالکل اسی طرح لہسن کے جوئے کا آخری حصہ یا پھر اگر آپ پسند کریں تو پورا جو بھی پانی میں ڈال کر اگایا جاسکتا ہے۔ یہ لہسن پورا سال آپ کو آسانی سے گھر بیٹھے دستیاب ہو سکتا ہے۔ سلاڈ کے ساتھ سلاڈ کے پتے بھی ذوق و شوق سے کھائے جاتے ہیں جنہیں Lettuce کہا جاتا ہے ان چوں میں بناؤ فصل کے آخری حصے کو اگر پیچکنے کے بجائے واٹر کنٹینر میں ڈال دیا جائے تو چند ہی دنوں میں اس کے چھوٹے چھوٹے پتے نمودار ہونا شروع ہوں گے یہ پتے سلاڈ کے لئے بہترین اور مکمل غذایت فراہم کریں گے۔

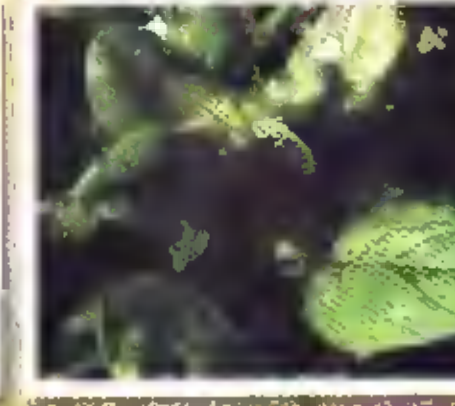
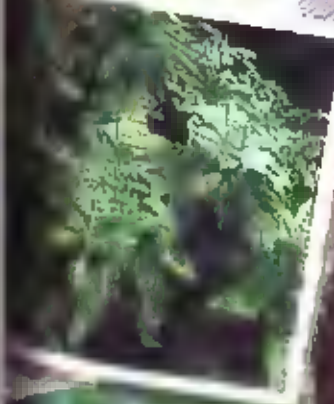
• ایسی ہی دوسری سبزیاں جنہیں بہت کم پانی میں اگایا جاسکتا ہے جیسے گوبھی، پالک، Celery (ایک چھتری کی وضع کا پودا جو ترکی کے طور پر پکایا جاتا ہے) Endive (کالی کا پودا جو سلاڈ کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے اور Bok Choy یہ سبزیاں ہیں جن کا ہری پیاز و سلاڈ کے چوں کی طرح اگانے کے لئے بہت کم حصہ درکار ہوتا ہے۔

• جڑی بوٹیوں میں Basil (کالی تلی، ایک خوشبودار جڑی بوٹی) کی تمام اقسام کو با آسانی کم پانی یا واٹر کنٹینر میں اگایا جاسکتا ہے۔ اسی طرح پودینہ، لیمن گراس، Lovage اور یہاں تک سلاڈ کے چوں کی تمام اقسام کو اسی طریقے سے گھر میں با آسانی اگایا جاسکتا ہے۔

• Sweet Potato یعنی شکر قندی کا سب سے اوپری حصہ یا ٹاپ الٹا کر کے تنک جاڑ میں پانی کے اندر اس طرح رکھیں کہ یہ حصہ جاڑ کے پینڈے سے نہ ٹکرائے اگر ٹکرائے گا خدشہ ہو تو اسے نو تھ پک کے ذریعہ کھڑا کر لیں۔ شکر قندی اگلنے میں وقت لیتی ہے لیکن جب وہ بڑھتی ہے تو تیزی سے بڑھنے لگتی ہے اسے نگہداشت کرنے والے مکمل سپورٹ کی ضرورت رہتی ہے۔

• شکر قندی کی طرح انٹاس کو بھی واٹر کنٹینر میں اگایا جاسکتا ہے البتہ یہ اگلنے

باغبانی کا شوق کم و بیش ہر شخص کے اندر موجود ہوتا ہے لیکن عموماً دیکھا گیا ہے کہ جگہ کی قلت یا کمی بیشی کے باعث انسان اپنے اس شوق کی تکمیل نہیں کر پاتا اور متبادل کے طور پر اپنے اس ذوق کی تسکین انڈور گارڈننگ کر کے پورا کرتا رہتا ہے۔ پہلے گھروں میں شیشے کی پانی کی بوتلوں میں مٹی پلائس لگانے کا بہت رواج چل نکلا تھا اور آج بھی ہر دوسرے گھر میں انڈور مٹی پلائس ضرور نظر آتے ہیں اسی طرح پانی کی شیشے کی ہی بوتلوں میں مختلف پھول بھی اگائے جا رہے ہیں لیکن اب صرف اسی پر اکتفا نہیں بلکہ اب ان چھوٹے واٹر کنٹینر میں سبزیاں بھی بہت اہل انداز میں اگائی جاسکتی ہیں اب یہ ضروری نہیں کہ انڈور گارڈننگ کے لئے گیلے، کھاد یا پھر مٹی کی ضرورت پڑے۔ ان کی وجہ سے حشرات الارض اور کیڑے کوڑے بھی گھروں میں پھیلنے کا اندیشہ رہتا ہے جس سے چھٹکارا پانا خاصا وقت طلب کام بن جاتا ہے۔ اب آپ کو یہ جان کر خوشی ہوگی کہ کچھ سبزیوں کو اگانے کے لئے مٹی یا کھاد کی بالکل بھی ضرورت نہیں ہوتی وہ پانی میں ہی بہترین طریقے سے نمو پا سکتی ہیں۔ خاص طور پر سبز چوں والی سبزیاں، ریلے پودے اور جڑی بوٹیاں براہ راست صرف پانی میں اگائی جاسکتی ہیں۔ اکثر اوقات سبزی صاف کرتے ہوئے خواتین جس حصے کو کٹ کر ضائع کر دیتی ہیں اس ضمن کے لئے سبزی کا وہی ضائع شدہ حصہ ہی کارآمد سمجھا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر ہری پیاز یا Spring Onion کی فصل کے آخری ایک انچ کے حصے کو پانی کے کنٹینر میں ڈال دیا جائے تو دس سے پندرہ دن کے اندر ہری پیاز کے پتے نکلا شروع ہو جائیں گے۔ ہری پیاز سے مزین پانی کے کنٹینر گھر کی کھڑکی یا ٹیرس پر رکھیں تو اس سے آس پاس کی خوبصورتی میں نہ صرف اضافہ ہوگا بلکہ آپ کو گھر بیٹھے تازہ سبزی بھی ملتی رہے گی۔ اسے آپ سلاڈ، آلیٹ، فرائز وغیرہ میں استعمال کر کے اپنے کھانوں کی لذت کو بھی بڑھا سکتے ہیں۔ یہ کیمیکل سے پاک ہری پیاز کسی بھی طرح سے آپ کی اور آپ کے گھروالوں کی صحت کے لئے نقصان دہ نہیں ہے۔ یاد رہے کہ اگر آپ پانی کے جاڑ میں ہری پیاز کو اگ رہے ہیں تو ہر روز اس کا پانی ضرور بدلیں اور اسے ایسی جگہ پر



شیشم اور برماٹیک کافر نیچر

تہذیب کا دلکش ترجمان



ہم پاکستانی گھروں کی آرائش میں اپنی تہذیب و ثقافت کا ترکا لگانا نہیں بھولتے کیونکہ ہماری تربیت میں ورثے کی جھلک موجود ہے۔ ہم جدید رجحانات بھی قبول کر لیتے ہیں اور اگر ہر دن ملک کا سفر درخیز ہو جائے تو وہاں سے بھی آرائشی نوعیت کی اشیاء خرید لاتے ہیں یوں ہمارے دیوان اور نشست گاہیں آرائش کے نقطہ نظر سے کس اینڈ کیج کے معیار پر پورا اترتے ہیں۔

خریدیں۔ اگر کوئی میز خوبصورتی اور دکاشی میں یکساں ہمارے قیاساں ہنگی ہے تو اپنے کاروبار سے کسی ڈیزائن کی خود خویشی مگر لکڑی کا انتخاب کسی جان کار کے ہاتھوں کروائیے۔

والی چیز ہے۔ اگر یہ انتہائی باریک اور نفیس نقش و نگار والی مسبری (ڈبل بیڈ) کی شکل میں ہو تو شادی کے بعد چالیس برس گزر جانے پر بھی ٹوٹی نہیں بس آپ ہر دوسرے تیسرے سال پالش کروالیا کیجئے۔ پالش پر بھی زیادہ خرچ نہیں آتا۔

ہمارے دستکار اپنے ہنر کی باریکی جانتے ہیں وہ لکڑی کو تراش کر ضروریات زندگی کی ہر چیز خوبصورت نقش و نگار سے سجا دیتے ہیں اور لکڑی ہی نہیں اب تو راز آئرن اسٹیل کی آمیزش سے بھی ماڈرن فرنیچر بنو بی تیار کرتے ہیں۔

فرنیچر سازی میں آپ کو شیشم، مارک، برماٹیک کے علاوہ دوسری چند اقسام بھی ملتی ہیں مگر شیشم زیادہ مضبوط خوبصورت اور دیرپا استعمال کے لئے موزوں سمجھی جاتی ہے۔ شیشم کے بنے صوف، سیٹ، بیڈ سیٹ، پشٹی آئینے، آرام و کریساں، کھانے کے میز کی کریساں، جھولے لاور Screens یعنی آرائشی آڑ بہت خوبصورت اشیاء بنتی ہیں۔ ہمارا مشورہ ہے کہ جب بینوں کو چیز دینا ہو یا اپنے نئے سالان آرائش کا انتخاب کرنا ہو تو ماہر کار گروں سے لکڑی کے بارے میں ضرور پوچھئے۔ لکڑی کی ساخت، بنائی، نقش و نگار کی دلاویزی اور مہارت کے ساتھ معیار کا ضرور دھیان رکھئے۔

Console یا پشٹی آئینے آپ کے ڈرائنگ روم اور لاونج میں بہت نفس نظر آتے ہیں اگر یہ شیشم کے فریم کے ساتھ بنے ہوں تو گویا آپ اپنی تہذیب و اقدار کے ساتھ جڑی نظر آئیں گی۔ آئینے مختصر رقبے کے گھروں اور کمروں کو وسیع نظر اور کشادہ ظاہر کرتے ہیں اور یوں تخیل کاری کے لحاظ سے بھی آپ اپنی ذوق کی نمائندہ نظر آتی ہیں۔ آئینے میں نظر آنے والا عکس بھی جمالیاتی حسن کو ظاہر کرتا ہے۔

مہنگاروئے ایک بار ستاروئے بار بار

اس کہادت کو پلو سے باندھ لیجئے۔ شیشم کی لکڑی ہنگی ضرور ہے مگر برسوں ساتھ دینے

چند حفاظتی ٹپس

- گیلیے کپڑے سے کبھی لکڑی کا فرنیچر صاف نہ کریں۔
- باریک خانوں یا جالیوں والے فرنیچر کو پینٹنگ کرنے والے برشوں کی مدد سے گرد و غبار صاف کیا جائے تو بہتر ہے۔
- گاڑی صاف کرنے والوں کے پاس ایک زرد رنگ کا کپڑا ہوتا ہے جو نرم و ملائم ہوتا ہے اس فرنیچر کی صفائی کے لئے اسے بھی خشک حالت میں استعمال کیا جاسکتا ہے۔
- ویکویم کلیئر سے جہاں پردے صاف کریں گے وہیں صوفوں کے اطراف کی بھی صفائی کر لیں۔
- مہمانوں کو مشروبات یا پانی پیش کرنے سے پہلے گلاسوں کے ٹپے کو سٹرز ضرور دیں تاکہ گیلیے گلاس میز پر رکھنے سے فرنیچر داغدار نہ ہو۔
- لکڑی کے کھانے کی میز پر عوامانہ موٹی تہہ والا شیشم کا گلاس (شیشہ) رکھا جاتا ہے لیکن اگر وہ نہ ہو تو اسٹیل کے کوٹک رکس کو رکھ کر گرم برتن رکھے جائیں ورنہ میز کی پالش اڑ جائے گی۔
- اگر میز پر کوئی داغ پڑ جائے تو لیٹوں کے عرق میں کوٹک آئل کے چند قطرے ملا کر متاثرہ جگہ کی صفائی کی جاسکتی ہے۔ اس طرح فرنیچر کی آب و تاب برسوں قائم رہتی ہے۔

آرائشی آڑ اور پردے کی دیوار

واقعی یہ بہت جتن فرنیچر ہے آپ بڑے ڈرائنگ روم میں دھڑلے حصوں کے استعمال کے لئے جب چاہیں کمرے کا ہر رخ استعمال کریں یا ایک جانب پردے دار خاتین اور دوسری جانب مرد حضرات کی مہمانداری سنبھالیں یا اگر یہ مقصد نہ ہو تو محض آرائشی مقصد کے لئے یہ Screen عمدہ انتخاب ہو سکتی ہے۔ یہ آرائشی آڑ بھی دو تین یا چار پنوں میں دستیاب ہوتی ہے آپ چاہیں تو صرف 3 پن والی ہی استعمال کریں مگر ڈیزائن ضرور دیکھ لیں۔ آج کل پالش میں مہر اکھٹی رنگ بدلیو استعمال ہو رہا ہے اور پسند کیا جاتا ہے آپ اپنے صوفوں کی پالش کے حساب سے میچ کر کے نہیں رکھئے ان میں نقش و رنگ یا رنگی والی Screens بھی ہیں اور سادہ چینی نقش و نگار والی بھی ہیں۔ یہ آپ کے اپنے انتخاب پر ہے کہ گھر کی آرائش میں کتنی سرمایہ کاری کر سکتی ہیں۔

کافی ٹیبل اور اینٹیک سائڈ ٹیبل

کافی ٹیبل چھوٹے ٹیبلوں، ہلی ہولڈر اس پر جانوروں کے نقوش یا جیومیٹرکل طرز کی شکل وضع ہوں تو اچھی لگتی ہیں۔ پاکستان کے ہر بڑے شہر میں اب فرنیچر کی صفت میں چھلکتی پہلو متاثر کن ہی نہیں حیران کن حد تک بڑھ چکا ہے آپ جلدی میں کچھ نہ



ملک بھر کی تقریبات کا احوال



پروفیسر شاکر ادلی میلہ

برصغیر پر دین شاکر لکھنے کے لیے تمام تقریب منعقد ہوتی تھی اور شاعرانہ کوائفانات دینے کے لیے اس بار سہ سالانہ تقریب کل پاکستان ادب میلہ بن گئی۔ ویسے کی مظہر الاسلام ہیں وہی پیشگی ایک ناؤ ڈیشن رائے کے جنہوں نے ایک سرکاری ادارے کو تمام ادارہ جات کے سہائے ایسا فعال اور تحریک ادارہ بنا دیا جو لوگ ترقی کے راستے پر اپنی پروازوں کے اظہار میں سوکھا کرتے تھے اب پیشگی ایک ناؤ ڈیشن کے کتاب گھر سے استفادہ کرتے ہیں۔ ادلی میلے میں کتابوں اور مصنفوں کی رومانی کے ساتھ ساتھ بات چیت کے لیے ایک دلچسپ موضوع رکھا گیا تھا۔ اردو ادب پر سوال پڑ رہے؟ وقت سے بچھڑ گئے یا کسی سوچے بیکھے منصوبے کا شکار؟ میرا حال دلچسپ رکھا گیا۔ پروفیسر شاکر ادلی میلے میں شاعرانہ تقریب میں جیتب میرا غزل کو ان کی شاعری کے مجموعوں درویشی و شہر کو ان کے انگریزی ناول A Small Fortune اور منگل کی طالبہ طبعی شہزادی کو ان کی کتاب پر انعام دیا گیا۔ پشاور یونیورسٹی سے ایم اے انگریزی میں تاپ کرنے والی حنا حبیب کو گولڈ میڈل دیا گیا۔ شاعرانہ حسن منظر اور مظہر الاسلام کے افسانوں اور پروفیسر شاکر کی شاعری کو ترجمہ اطالوی زبان میں کیا گیا ہے۔ ان کتابوں کی رومانی و فنی کے سفر سے کیا۔ ڈاکٹر وحید احمد کے ناول دینو مستنصر حسین تارڑ کے ناول حسن وفا شاکر رائے، عاصم رب کے ناول نا تمام اور سندھو شاعری کتاب اٹھا گھر پر تہرے کے لیے۔ اسلام آباد میں ہونے والی سالانہ تقریب کی اس کی شکل کو ادلی میلوں اور جشنوں میں ایک خوبصورت اضافہ کیا جاسکتا ہے۔

سچے شعر کا کھلیان

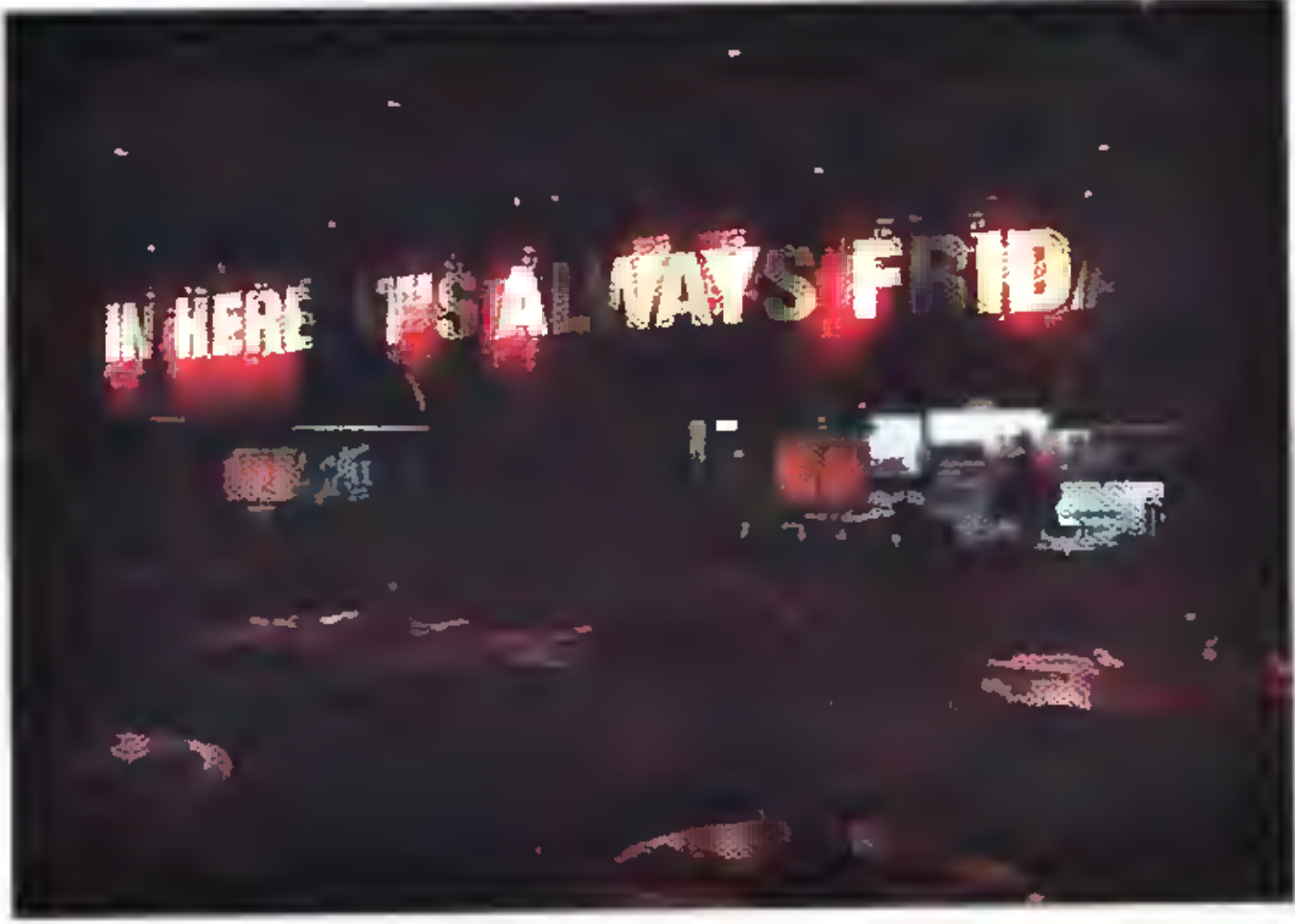
آدرش آڈیو کتاب سلسلہ (شمارہ نمبر 5 کا ہوا اجراء)

محترمہ شاہدہ احمد اور عزیز احمد پاکستان میں معذور افراد کے پہلے باقاعدہ جریدے آدرش کے مدیران رہے ہیں۔ شاہدہ احمد اردو کی مایہ ناز افسانہ نگار بھی



پروفیسر ادلی بی ای اور محروم سننے والوں کے لیے ان کی آڈیو کتابیں اور بچھلے کئی برسوں سے مناجب فراموش ہیں تاہم ان کی توانائی اور ادب سے پر خلوص چاہت کا اظہار آدرش آڈیو کتاب سلسلے کے شماروں میں محسوس کیا جاسکتا ہے۔ حال ہی میں انہوں نے شمارہ نمبر 5 کو

کلام ہیرازادہ کا صاحب سے معنون کیا ہے "سچے شعر کا کھلیان" میں آپ سن سکتے ہیں پرکشش عنوانیہ لکچر میں ابتدائیہ پیش کرتے ہوئے شاہدہ احمد کی وہ آواز جو اپنے اکابرین کی شناخت اجاگر کر رہی ہے۔ ڈاکٹر ہیرازادہ قاسم بذات خود ادبی سرمائے سے کم نہیں کہانہ کہ آدرش ہوساکی نے ان کی شخصیت، تحت اللفظ میں ان کی غزلیں، نظموں کا انتخاب اور شاعروں سے منتخب کلام کی، گویا ایک ادبی دستاویز مرتب کر دی ہے۔ یہاں یہ واضح کرنا ضروری ہے کہ آدرش ہوساکی غیر منفعت بخش ادارہ ہے۔ یہ ادبی سرمایہ قوت گویائی سے محروم اور دیگر معذور افراد کے اداروں کو غلطی کے طور پر نہیں لیا جاتا ہے۔ اگر صاحب حیثیت افراد ان کا مزید کے ساتھ ساتھ ادب کی ترقی و ترویج میں ہاتھ بٹانا چاہیں تو 0334-3569229 پر رابطہ کر سکتے ہیں۔



TGIF کی کراچی شاخ کا افتتاح

پاکستان کے دارالحکومت اسلام آباد کے بعد اب کراچی جیسے صنعتی شہر میں بھی TGIF کی شاخ اس بین الاقوامی چین کا حصہ بن گئی ہے جہاں عمدہ اور ڈانٹے دار کھانے پیش کئے جاتے ہیں۔ پاکستان کی CEO مریم حسن نے کہا کہ "ہمیں خوشی ہے کہ اسلام آباد کے بعد ہم Casual Dining کا تصور کراچی میں بھی لے آئے ہیں۔ یہاں بہترین ڈانٹے کے حامل معروف کھانوں کے ساتھ مقامی روایات کے حامل ڈانٹے بھی پیش کئے جاتے ہیں۔" 50 برس پہلے TGIF کے نیویارک شہر میں قیام کے بعد 61 ملکوں میں ریستورنٹ کی فرمچائز پینکشن قبول کر لی گئی ہیں۔ فریڈے یعنی جمعہ کو ہفتہ واری تعطیل کا آغاز ہوتا ہے اس کے بعد ہفتہ واریہم چینی مناتے ہیں۔ کہنی کا یہ مخفف اصل میں ایک دعائیہ اور شکرانے کا اظہار ہے یعنی Thank God It's Friday۔ مریم حسن کہتی ہیں آپ ایک بار یہاں آئے تو ہماری ڈشز اور ریستورنٹ کے ماحول کو دیکھ کر ہر دن فریڈے سے معلوم ہوگا۔"

سرائے میں بسیرا کیا جائے

یا کھانا ناشائستہ ہو یا پھر اپنی اپنی

اسلام آباد جاوے تو سرائے کا مٹی چکر لگا لیجئے

Baked Chicken



Kobe beef burger



Beef Tenderloin Steak



Creme brulee

ٹھٹھے میں کیا ہے؟

Creme brulee ہر رستوران تو یہ مخصوص سٹافس تیار نہیں کرتا۔ یہ دراصل بریلڈ پنڈنگ جسے کیرامل Sauce کے ساتھ تیار کیا جاتا ہے اور اس پر چاکلیٹ پسند کرنے والوں کے لئے بونس ہے چاکلیٹ لاوا مولڈس ایک کاہ آپ ان سٹور کو غیر ضروری تشویر نہ سمجھئے جب بھی موقع ملے یہ پنڈنگ وہاں ضرور کھائیے اور انشاء اللہ ہمیں دعا دیئے بغیر نہیں رہ سکیں گے۔ سرائے ہم نے دیکھا مگر بڑھوتر نہیں دیکھ سکے شاید ہم انتظامیہ سے درخواست کرتے یہ بولت بھی دیکھ کر بتا سکتے کہ یہاں انجام کرنا بہتر ہے یا نہیں بہر حال کوئی مشورہ دیئے بغیر کھانے کے معیار اور پیشکش کے انداز کی تعریف کر سکتے ہیں اب یہ آپ کی چٹاں ٹھہرتا ہے یا نہیں آپ نے فیصلہ کرنا ہے ہم نے تو سرائے کو امتحان میں کامیاب قرار دے دیا۔

انتخاب ہے اور واقعی سرائے کو پاسنگ مارکس تو فوراً ہی دے گئے۔
• مین کورس کے لئے ہم نے Spaghetti Portofino tossed in a light cream آؤر کی جسے گرلڈ چکن کے ساتھ تیار کیا گیا تھا۔ اس میں گرلڈ چکن نے جو ذائقہ دیا وہ آج دوہرے اور آٹھ دن گزرنے کے بعد بھی ہمیں یاد ہے۔
• ہماری ٹیم کے ایک رکن نے Beef Tenderloin Steak آؤر کی تھی ہم نے اپنے Fork سے اسے چکھا اور ہمارے منہ سے بے ساختہ Good نکلا۔ شیف نے بتایا کہ اس اسٹیک میں تھوڑا مصلیٰ ہے شک تیر ہے لیکن یہ Juicy اس لئے ہے کہ ہم نے اسے دھیمی آنچ پر گلنے اور نرم پڑنے تک احتیاط سے پکایا ہے۔
اسی طرح ہمارے خاندان کے ایک بچے کو ریف نہاری پسند تھی ہم نے ایک نوالہ نہاری کا بھی چکھا واقعی لطف آ گیا۔ بیف اتنا ملائم اور پکا ہوا تھا کہ جسے ہضم کرنا دشوار نہیں ہو سکتا۔ خاص کر نہاری کی سرخ رنگت بھلی لگی ذائقہ تو خیر تھا ہی۔ اسی طرح پالک پیئر میں پیئر کبجی سے نہیں شامل کیا گیا تھا۔ یہ بھی سرائے کو کرڈینٹ دینے کی بات ہے۔ آج کل برگرز یہاں دستیاب نہیں کیونکہ بچے رستوران میں آ کر مختلف سائبر گر کھانا چاہتے ہیں۔ برانڈڈ برگرز کے ذائقوں کے متوالے یہاں نیا ذائقہ چکھ سکتے ہیں یہ ہے Kobe Beef Burger یہ ذائقہ ہم نے ذاتی طور پر تو چکھا نہیں کیونکہ ہمارے بچوں نے بروقت اور نہایت شوق سے اسے کھا لیا۔ ہمیں ایک سے دوسرے کہنا نہیں پڑا کہ کھاتے کیوں نہیں اس کا مطلب ہے کہ سرائے کے بچن والوں نے کلاسٹ بچوں کے ذائقہ کو خوب پہچان لیا ہے۔
• ہمارے مدعوئین میں سے ایک صاحب حال ہی میں صحت یاب ہوئے تھے اور دراصل ہمارے اسلام آباد آنے کا مقصد بھی ان کی عیادت ہی تھا انہیں Luciano's special کھانے کا شوق تھا۔ ہم نے شیف سے درخواست کر کے اسے Low-Calorie lemon pizza, baked chicken سے پراپنایا بے شک جسے ہمارے مہمان پورا کھا تو نہ سکے لیکن وہ جس انداز سے خوش نظر آئے تو اس طرح "سرائے" کو اور بھی سراہا گیا۔
اندرونی آرائش کے ساتھ ساتھ چھت والی جگہ کا ذکر نہ کیا تو یہ رویو پو او حورا رہے گا۔ جہاں سے مارگلہ ہلز کی جانب سے آتی سرد ہوائیں ہمیں تازہ دم کر دیتی ہیں۔ آپ یہاں گھوم پھر کر نظارہ کیجئے دیکھئے کہ یہ پہاڑی سلسلہ اپنے اندر قدرت کی کیسی کرشماتی صنای رکھتا ہے۔

اسلام آباد کے پرفضا اور جمیل کے نظریے پانی پیسے ماحول میں کی رستوران قدرتی مناظر اور کھانوں کے معیاری ذائقے پیش کرتے ہیں ان میں ہمیں مارگلہ ہلز کے مناظر بہت دلکش لگتے ہیں اور پھر اگر انسانی صلاحیتوں پر ماحول کا اثر کا بھی لگ جائے تو کیا بات ہے!
اس لئے آج ہمیں آپ کو اسلام آباد کے F6/3 کی 16 ویں گلی اور 2A لئے چلتے ہیں اس جگہ کو سرائے کہا جاتا ہے آپ کو یہاں قیام کرنا ہے تو ہوٹل میں تیرہ بستروں کے کمرے کی سہولت مہیا کی گئی ہے۔ ان کمروں کی کھڑکیوں سے گوہر مارکیٹ اور مارگلہ ہلز کا نظارہ کیا جاسکتا ہے۔
رستوران میں آپ کو کاسٹینٹل کے علاوہ روایتی پاکستانی کھانوں کی وسیع تر انتخاب ملتا ہے۔ یہ اور بات ہے کہ کاسٹینٹل فیوزن کی شکل میں ہے۔ جیسا کہ مقامی باشندے پسند کرتے ہیں۔
رستوران میں داخل ہو کر نشستوں کے انتخاب کی خاصی گنجائش ہے مثلاً اگر آپ غیر ملکی انداز میں بڑے آرام دہ صوفوں پر براجمان ہونا چاہیں یا کرسی میز والے پورشن میں بیٹھنا چاہیں تو یہ دونوں سہولتیں موجود ہیں آپ کسی بھی جگہ سکون سے میٹھو پڑھیں اور ساتھیوں کے مشورے سے آؤر کریں۔
کہیں باہر تو بندہ اس لئے کھانا کھانے جاتا ہے تاکہ ماحول کے حسن سے بھی کوئی اچھا تاثر لے کر لوٹے، موڈ بہتر ہو اور تازہ دم ہو جائے۔ سرائے میں یہ بنیادی جوہر موجود ہے۔ ہمیں دیواروں پر مقامی پاکستانی آرٹسٹوں کی خوبصورت تصاویر (پینٹنگز) آویزاں نظر آئیں جن میں مٹی، لکڑی، لٹاف، تجریدی اور لینڈ سکیپ بر موضوع پر ایک ایک تصویر اندرونی آرائش کے باہر کے حسن ذوق کی ترجمانی کرتی ہے۔ چند برس پہلے تک رستورانوں میں مغربی مصوروں کے کلاسیک فنون پر مشتمل پرنٹس کو فریم کر کے دیواروں کی آرائش کی جاتی تھی جسے اب پذیرائی نہیں ملتی۔ خوشی کا امر یہ ہے کہ پاکستانی مصوروں کی حوصلہ افزائی اور مالی اعانت کا سلسلہ بڑھتا جا رہا ہے۔ دوسرے یہ کہ سرائے کے اندرونی ماحول کی جاذبیت اسی جمالیاتی طرز آرائش سے ممکن ہوئی ہے۔ جس کی دلدینے میں نکل سے کام لینا نا انصافی ہوگی۔
اس تخلیقی جہت میں موسیقی کا شعبہ بھی خاصا تاثر انگیز ہے آپ یہاں نصرت فتح علی خان کے گیت، تو الیاں اور فلمی غنمات بھی سن سکتے ہیں۔
ہماری ایک بھائی عادت ہے کہ کسی بھی رستوران کے کھانے کو پسند نہ پسند قرار دینے کے لئے ان کے بریلڈ یا نان کی تازگی اور خستہ پن کو چاہتے ہیں یہاں ہمیں ڈنر وڈ ہوم میڈ مکھن کے ساتھ پیش کئے گئے اور Buffalo chicken wings تازہ فریج فراز کے ساتھ کھانے کی اشتہا بڑھانے کے لئے بہترین

بیت اللہ شریف دنیا میں پہلا وہ گھر خدا کا

عمرہ زائرین کو رمضان مبارک ہو (آمین)

جس مسلمان کو رمضان المبارک کے مہینے میں عمرے کی سعادت حاصل ہو جائے اس جیسا خوش نصیب کون ہو سکتا ہے۔ مکہ معظمہ کی تاریخی و دینی عظمت کا اندازہ یوں کیجئے کہ خالق کائنات نے اس شہر کو اپنے مقدس گھر خانہ کعبہ کے لئے چنا۔ اس مبارک شہر کو سیدنا اسماعیل و سیدہ حاجرہ علیہ السلام کا مسکن قرار دیا۔ یہیں پر مسجد حرام ہے جس میں ایک نماز کا ثواب ایک لاکھ نمازوں سے زیادہ ہے۔ اس شہر کو نبی آخر الزماں حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی جائے پیدائش ہونے کا شرف حاصل ہے۔ یہیں پر مزم کا کٹواں اور کئی تاریخی مقام ایسے ہیں جن کی عظمت نے اس شہر کی اہمیت کو دو چند کر دیا ہے۔

مکہ مکرمہ کا حد و دار بلخ

مکہ مکرمہ سلطنت سعودی عرب کی مغربی سب سے سر زمین حجاز کی اپنی پر زمین پر واقع ہے جس کے چاروں طرف پہاڑی سلسلہ ہے مکہ کا اپنی علاقہ جو قدر سے ہموار ہے بطحا کہلاتا ہے۔ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی جائے پیدائش مسجد حرام کے مشرقی حصے میں واقع ہے جسے محلا کہاجاتا ہے۔ لہذا آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اہل محلا میں سے ہیں۔

مکہ مکرمہ کا مینار

مقامات مقدسہ میں وقت دیکھنے کے لئے ایک پر شکوہ مینار تعمیر ہوا یہ کلاک ٹاور 380 میٹر زمین سے بلند ہے اور اس کی مجموعی بلندی 601 میٹر ہے۔ اس گھڑی کی ساخت میں کاربن نائبر مینرل استعمال کیا گیا ہے۔ یہ مینرل اسٹیل سے کہیں زیادہ پائیدار ہے۔ یہاں دو لٹیں لگائی گئی ہیں جو زائرین کو کلاک کے نیچے بالکونی تک لے جاتی ہیں اور اتنی بلندی سے خانہ کعبہ کا نظارہ کرنا دل میں دُور مسرت اور پاکیزگی

مکہ مکرمہ پاکیزہ شہر

یہ اللہ تعالیٰ کا پسندیدہ شہر ہے۔ اسے اللہ تعالیٰ نے اپنے گھر کے لئے منتخب کیا۔ اس شہر میں موجود بیت اللہ کے طواف کا حکم دیا۔ یہی وہ با عظمت شہر ہے جس کی حرمت ذوالجلال نے سورۃ البقرہ اور سورۃ التین میں بتائی۔ دنیا بھر کے مسلمان جب عمرے کے لئے جاتے ہیں تو رمضان المبارک کے آخری عشرے یا ماہ ربیع الاول کی مقدس گھڑیوں کا انتخاب کرتے ہیں۔

تین افضل مساجد

دنیا میں تین مساجد افضل ہیں جن میں مسجد حرام سر نہرست، مسجد نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اور مسجد اقصیٰ ہیں۔ اس لئے عمرے کے زائرین یہاں ضرور جاتے ہیں۔ مسجد حرام کی چھتوں کے فرش پر نمازیں اور نوافل ادا کرنے کی روحانی تجلیات وہی محسوس کر سکتے ہیں جنہیں عمرے کی سعادت نصیب ہوئی ہو۔



نرالا کے علاوہ کئی اور چھوٹے چھوٹے ریسٹورنٹس نظر آئیں گے تاہم
مٹھائی ڈشز میں فلافل، کابسا اور مطلق بہت لذیذ اور خوش رنگ کھانے
ہیں انہیں بھی چکھتے جائیے اور آنسکریم بھی یہاں بڑے مزے کی بلتی ہے
ضرور چکھتے جائیے۔



کر سکتے جب کوئی دکھائی نہ دیا تو مردہ کی پہاڑی کی جانب گئیں اور
چڑھ کر دیکھا تو دور دور تک کوئی موجود نہ تھا۔ وہ اسی پریشانی کے عالم
میں صفا اور مردہ کے درمیان چکر لگاتی رہیں۔ ساتویں چکر میں انہیں
غیب سے آواز آئی یہ پانی کی آواز تھی اور حضرت اسماعیل کے پیروں
کے قریب پانی کا چشمہ ابل رہا تھا (سبحان اللہ) یہ ہے بحرحہ خداوندی،
اسی نعمت تبرکہ آب زمزم کی جتنی قدر کی جائے کم ہے آج زائرین حج
اور عمرہ صفا اور مردہ کے درمیان سعی کر کے وہی یاد تازہ کرتے ہیں اور
سورۃ بقرہ میں اس کا ذکر ہے۔

جدید سعودی عرب

قدیم ترین پہنچناہٹ اور سمرانی مملکت کو آج ماڈرن ملک کے طور پر
دیکھا جا رہا ہے۔ سعودی عرب نے تعمیرات، علمی و سائنسی، کاروباری
نقطہ نظر سے بے پناہ ترقی کی ہے۔ حال ہی میں سعودی خاتون نے
ماؤنٹ ایورسٹ کو سر کیا ہے۔ ملک میں شرعی پروسے کے ساتھ بیگنوں،
اسکولوں اور نجی اداروں میں خواتین کے شیعہ بنادیے گئے ہیں۔ چند
برس پہلے خواتین کے لئے گاڑی چلانا قانوناً ممنوع تھا مگر اب حادثاتی
طور پر ڈرائیونگ کی اجازت دی جا چکی ہے۔ خواتین اپنے کاروبار خود
بھی کر رہی ہیں۔ چھوٹے بچوں کے پلے اسکول، نرسیاں، اسپتال،
بیوٹی پارلرز، شاپنگ مالز غرضیکہ خواتین ہر جگہ کام کر رہی ہیں اور
خواتین کے استعمال کی اشیاء کی دکانیں عام دیکھی جا رہی ہیں۔ سعودی
عرب کی خواتین اپنے روایتی تاثر سے ہٹ کر ترقی اور مساوات کے
راستے پر گامزن ہیں اور سب سے اچھی بات یہ ہے کہ وہ شریعت کے
آداب اور ضابطوں سے منحرف بھی نہیں ہوئیں۔

پاکستانی زائرین کے لئے ہدایت

اس سال سعودی حکومت نے ضعیف اور بیمار افراد کو حج نہ کرنے کی ہدایت دی
ہے دراصل چند عرب ممالک میں ایک مخصوص دائرہ پایا جا رہا ہے جو
کمزور، بیمار اور ضعیف افراد کو فوراً متاثر کرتا ہے۔ علاوہ ازیں سعودی حکومت
حفاظتی ٹیکوں کے ضمن میں سختی برت رہی ہے تو یہ اقدام
زائرین کے اپنے حق میں ہے اگر ہم اور آپ عبادات
مکمل تندرستی اور لگن کے ساتھ نہ کر سکیں اور دھیان بنا
رہے تو پھر لاکھوں روپے خرچ کر کے اطمینان قلب
کیسے ہو سکتا ہے۔ اپنے ماسک، پھتریاں، نوپیاں
اور چائے نماز علیحدہ رکھیں۔ ضروری ادویات
کے ساتھ ساتھ ڈاکٹر کے نسخے ضرور رکھ لیں۔

لذت کام و دین

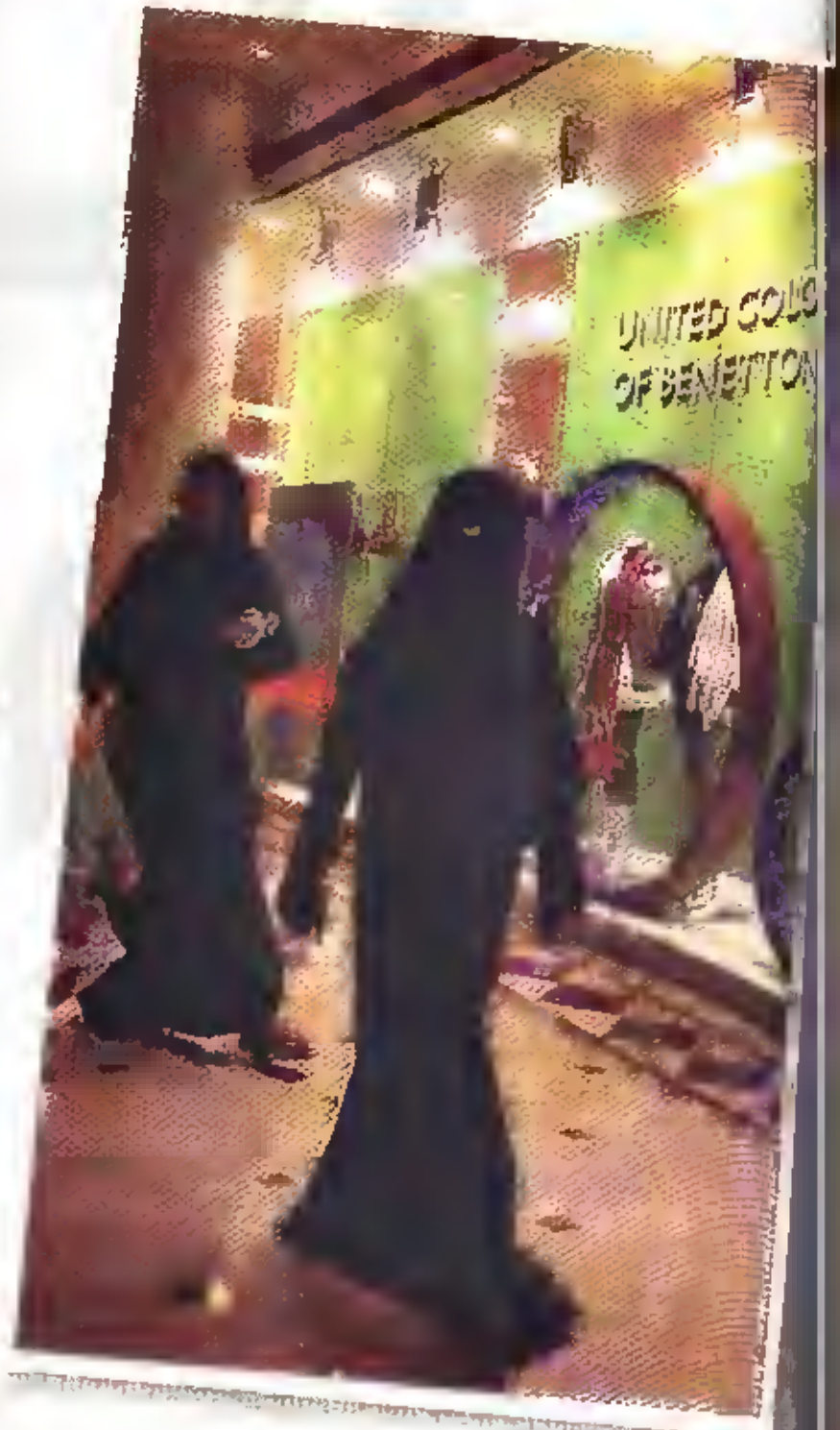
فلافل، کابسا اور مطلق بھی کھاتے
چلے
یوں تو پاکستانی ریسٹورنٹس لاثانی،
لاہور، گارڈن، شمع، میزبان اور

کے جذبات اٹھاتے ہیں۔ یہ کلاک لندن کے بگ بین سے 6 گنا بڑا ہے۔
کلاک کے اوپر اللہ کا اسم مبارک کندہ ہے جس نے پوری عمارت کو سعادت
بخش دی ہے۔

مطاف کا ٹھنڈا فرش

بیت اللہ شریف کے چاروں اطراف کھلے ہوئے صحن کو مطاف کہا جاتا ہے
جہاں زائرین طواف کرتے ہیں یہ فرش خندوس ملرڈ کی ٹانگوں کی وجہ سے ہمیشہ
ٹھنڈا رہتا ہے جون جولائی کی چٹتی دوپہر میں بھی مطاف کا فرش گرم نہیں ہوتا۔
زمزم کا کنواں اور مقام ابراہیم ایسی جگہیں ہیں جہاں زائرین کا جھوم رہتا
ہے۔ مقام ابراہیم وہ مبارک پتھر ہے جس کو اٹھانے اور خانہ کعبہ میں نصب
کرنے کا اعزاز حضرت اسماعیل علیہ السلام کو حاصل ہوا۔

آب زمزم کی سائنسی اہمیت مغربی سائنسدانوں اور مفکرین نے بھی تسلیم
کی ہے۔ آب زمزم کی تاریخ کے مطابق حضرت ابراہیم اپنے بیٹے



حضرت اسماعیل دران کی والدہ کو لے کر مکہ مکرمہ تشریف لائے تو کچھ
پانی اور کھجور کا توشہ ان کو دے کر چلے گئے۔ جب یہ سامان ختم ہوا تو ماں
بیٹے پیاس سے بے تاب ہو گئے تب حضرت جابرہ صفا کی پہاڑی پر اس
غرض سے چڑھیں کہ شاید کوئی آدم زاد نظر آ جائے ورنہ پانی فراہم

کی منگنی کی فکر ہو رہی تھی انہی دنوں عبداللہ صاحب بھی چھٹی پر گاؤں آئے ہوئے تھے۔ قسمت میں دونوں کا ٹوگ لکھا ہوا تھا۔ ان کی منگنی ہو گئی اور ایک ماہ بعد شادی بھی بٹھیر گئی تاکہ عبداللہ صاحب دلہن کو اپنے ساتھ گلگت لے جائیں۔

منگنی کے بعد ایک روز ماں جی اپنی سہیلیوں کے ساتھ پاس والے گاؤں میں میلہ دیکھنے گئی ہوئی تھیں۔ اتفاقاً شاید دانستہ عبداللہ صاحب بھی وہاں پہنچ گئے۔

ماں جی کی سہیلیوں نے انہیں گھیر لیا اور ہر ایک نے چھیڑ چھیڑ کر ان سے پانچ پانچ روپے وصول کر لئے۔ عبداللہ صاحب نے ماں جی کو بھی بہت سے روپے پیش کئے لیکن انہوں نے انکار کر دیا۔ بہت اصرار بڑھ گیا تو مجبوراً ماں جی نے گیارہ پیسے کی فرمائش کی۔

”اتنے بڑے میلے میں گیارہ پیسے لے کر کیا کرو گی“ عبداللہ صاحب نے پوچھا۔

”اچھی جمعرات کو آپ کے نام سے مسجد میں تل ڈال دوں گی۔ ماں جی نے جواب دیا۔

زندگی کے میلے میں بھی عبداللہ صاحب کے ساتھ ماں جی کا لین دین صرف جمعرات کے گیارہ پیسوں تک ہی محدود رہا۔ اس سے زیادہ رقم نہ کبھی انہوں نے مانگی نہ اپنے پاس رکھی۔

گلگت میں عبداللہ صاحب کی بڑی شان و شوکت تھی۔ خوبصورت بنگلہ، وسیع باغ، نوکر چاکر، دروازے پر سپاہیوں کا پہرہ۔ جب عبداللہ صاحب دورے پر باہر جاتے تھے یا واپس آتے تھے تو سات توپوں کی سلامی دی جاتی تھی۔ یوں بھی گلگت کا گورنر خاص سیاسی انتظامی اور سماجی اقتدار کا حامل تھا لیکن ماں جی پر اس سارے جاہ و جلال کا ذرا بھی اثر نہ ہوا۔ کسی قسم کا جھوٹا بڑا ماحول ان پر اثر انداز نہ ہوتا تھا بلکہ ماں جی کی اپنی سادگی اور خود اعتمادی ہر ماحول پر خاموشی سے چھا جاتی تھی۔

ان دنوں سرالکھم ہیلی حکومت برطانیہ کی طرف سے گلگت کی روی اور چینی سرحدوں پر پولیٹیکل ایجنٹ کے طور پر مامور تھے۔ ایک روز لیڈی ہیلی اور ان کی بیٹی ماں جی سے ملنے آئیں۔ انہوں نے فراک پہنے ہوئے تھے اور پنڈلیاں کھلی تھیں۔ یہ بے جا بی بی کو پسند نہ آئی۔ انہوں نے لیڈی ہیلی سے کہا ”تمہاری عمر تو جیسے گزرتی تھی گزرتی ہی گئی ہے۔ اب آپ اپنی بیٹی کی عاقبت تو خراب نہ کریں۔“ یہ کہہ کر انہوں نے مس ہیلی کو اپنے پاس رکھ لیا اور چند مہینوں میں اسے کھانا پکانا، سینا پروانا، برتن ماٹھنا، کپڑے دھونا سکھا کر ماں باپ کے پاس واپس بھیج دیا۔

جب روس میں انقلاب برپا ہوا تو لارڈ کچر سرحدوں کا معائنہ کرنے



بھیلی صدی کے بڑے بوڑھے سات سمندر پار کے سفر کو بلائے ناگہانی سمجھتے تھے۔ عبداللہ صاحب کی والدہ نے بیٹے کو ولایت جانے سے منع کر دیا۔ عبداللہ صاحب کی سعادت مندی آڑے آئی اور انہوں نے وظیفہ واپس کر دیا۔

اس حرکت پر سرسید کو بے حد غصہ بھی آیا اور دکھ بھی ہوا۔ انہوں نے لاکھ سمجھایا، بجھایا، ڈرایا، دھمکایا لیکن عبداللہ صاحب ٹس سے مس نہ ہوئے۔

”کیا تم اپنی بوڑھی ماں کو قوم کے مفاد پر ترجیح دینے ہو؟“ سرسید نے کڑک کر پوچھا۔

”جی ہاں“ عبداللہ صاحب نے جواب دیا۔

یہ ٹکسا جواب سن کر سرسید آپے سے باہر ہو گئے۔ کمرے کا دروازہ بند کر کے پہلے انہوں نے عبداللہ صاحب کو لا توں، کٹوں، تھپڑوں اور جوتوں سے خوب پیٹا اور کالج کی نوکری سے درخواست کر کے یہ کہہ کر علی گڑھ سے نکال دیا ”اب تم ایسی جگہ جا کر مرد جہاں سے میں تمہارا نام بھی نہ سن سکوں۔“

عبداللہ صاحب جتنے سعادت مند بیٹے تھے اتنے ہی سعادت مند شاگرد بھی تھے۔ نقشے پر انہیں سب سے ددرا افتادہ اور دشوار گزار مقام گلگت نظر آیا۔ چنانچہ وہ ناک کی سیدھ میں گلگت پہنچے اور دیکھتے ہی دیکھتے وہاں کی گورنری کے عہدے پر فائز ہو گئے۔ جن دنوں ماں جی

جب باپ کا سایہ مرے اٹھا تو یہ انکشاف ہوا کہ ساری آبائی جائیداد رہن پڑی ہے۔ چنانچہ عبداللہ صاحب اپنی والدہ کے ساتھ ایک جھونپڑے میں اٹھ آئے۔ زرا در زمین کا یہ انجام دیکھ کر انہوں نے ایسی جائیداد بنانے کا عزم کر لیا جو مہاجروں کے ہاتھ گروہ نہ رکھی جاسکے۔ چنانچہ عبداللہ صاحب دل و جان سے تعلیم حاصل کرنے میں منہمک ہو گئے۔ وظیفے پر وظیفہ حاصل کر کے اور دو سال کے امتحان ایک ایک سال میں پاس کر کے پنجاب یونیورسٹی کے میٹرکولیشن میں اول آئے۔ اس زمانے میں غالباً یہ پہلا موقع تھا کہ کسی مسلمان طالب علم نے یونیورسٹی امتحان میں ریکارڈ قائم کیا ہو۔

اڑتے اڑتے یہ خبر سرسید کے کانوں میں پڑ گئی جو اس وقت علی گڑھ مسلم کالج کی بنیاد رکھ چکے تھے۔ انہوں نے اپنا خاص نشی گاؤں میں بھیجا اور عبداللہ صاحب کو وظیفہ دے کر علی گڑھ بلا لیا۔ یہاں پر عبداللہ صاحب نے خوب بڑھ چڑھ کر اپنا رنگ نکالا اور بی اے کرنے کے بعد انیس برس کی عمر میں وہیں پر انگریزی عربی، فلسفہ اور حساب کے لیکچرار ہو گئے۔

سرسید کو اس بات کی دھن تھی کہ مسلمان نوجوان زیادہ سے زیادہ تعداد میں اعلیٰ ملازمتوں پر جائیں۔ چنانچہ انہوں نے عبداللہ صاحب کو سرکاری وظیفہ دلویا تاکہ وہ انگلستان میں جا کر آئی سی ایس کے امتحان میں شریک ہوں۔

گلگت آئے۔ ان کے اعزاز میں گورنر کی طرف سے ضیافت کا اہتمام ہوا۔ ماں جی نے اپنے ہاتھ سے دس بارہ قسم کے کھانے پکائے۔ کھانے لذیذ تھے۔ لارڈ کچر نے اپنی تقریر میں کہا "مسٹر گورنر، جس خانہ ماں نے یہ کھانے پکائے ہیں، براہ مہربانی میری طرف سے آپ ان کے ہاتھ چوم لیں۔"

دعوت کے بعد عبداللہ صاحب فرحان و شاداں گھر لوٹے تو دیکھا کہ ماں جی باورچی خانے کے ایک کونے میں چٹائی پر بیٹھی نمک اور مرچ کی چٹنی کے ساتھ کئی کی روٹی کھا رہی ہیں۔ ایک اچھے گورنر کی طرح عبداللہ صاحب نے ماں جی کے ہاتھ چومے اور کہا "اگر لارڈ کچر یہ فرمائش کرتا کہ وہ خود خانہ ماں کے ہاتھ چومنا چاہتا ہے تو پھر تم کیا کرتیں؟"

"میں" ماں جی تک کر بولیں۔ "میں اس کی مونچھیں پکڑ کر جڑ سے اکھاڑ دیتی۔ پھر آپ کیا کرتے؟"

"میں" عبداللہ صاحب نے ڈرامہ کیا۔ "میں ان مونچھوں کو روٹی میں لپیٹ کر داسرائے کے پاس بھیج دیتا اور تمہیں ساتھ لے کر کہیں اور بھاگ جاتا جیسے سرسید کے ہاں سے بھاگا تھا۔"

ماں جی پر ان مکالموں کا کچھ اثر نہ ہوتا تھا لیکن ایک بار... ماں جی رشک و حسد کی اس آگ میں غل بھن کر کباب ہو گئیں جو ہر عورت کا ازلی درش ہے۔

گلگت میں ہر قسم کے احکامات "گورنری" کے نام پر جاری ہوتے تھے۔ جب یہ چرچا ماں جی تک پہنچا تو انہوں نے عبداللہ صاحب سے گلہ کیا۔

"بھلا حکومت تو آپ کرتے ہیں لیکن گورنری گورنری کہہ کر مجھ غریب کا نام بیچ میں کیوں لایا جاتا ہے خواہ خواہ!"

عبداللہ صاحب علی گڑھ کے پڑھے ہوئے تھے۔ رگ ظرافت پھر تک انہی اور بے اعتنائی سے فرمایا۔ بھاگوان یہ تمہارا نام تھوڑا ہے۔ گورنری تو دراصل تمہاری سوکن ہے جو دن رات میرا پیچھا کرتی رہتی ہے۔

غنا کی چوٹ تھی۔ عبداللہ صاحب نے سمجھا بات آئی مٹی ہو گئی لیکن ماں جی کے دل میں غم بیٹھ گیا۔ اس غم میں وہ اندر ہی اندر کڑھنے لگیں۔

کچھ عرصہ کے بعد کشمیر کا مہاراجہ پرتاب سنگھ اپنی مہارانی کے ساتھ گلگت کے دورے پر آیا۔ ماں جی نے مہارانی سے اپنے دل کا حال سنایا۔ مہارانی بھی سادہ عورت تھی۔ جلال میں آگئی ہائے ہائے ہمارے راج میں ایسا ظلم۔ میں آج ہی مہاراج سے کہوں گی کہ وہ عبداللہ صاحب کی خبر لیں۔

جب یہ مقدمہ مہاراجہ پرتاب سنگھ تک پہنچا تو انہوں نے عبداللہ صاحب کو بلا کر پوچھ گچھ کی۔ عبداللہ صاحب بھی حیران تھے کہ بیٹھے بٹھائے یہ کیا افتادہ آپڑی لیکن جب معاملے کی تہہ تک پہنچے تو دونوں خوب ہنسے۔ آدمی دونوں ہی وضعدار تھے۔ چنانچہ مہاراجہ نے حکم نکالا کہ آئندہ سے گلگت کی گورنری کو وزارت اور گورنر کو وزیر وزارت کے نام سے پکارا جائے۔ 1947ء کی جنگ آزادی تک گلگت میں یہی سرکاری اصطلاحات رائج تھیں۔

یہ حکم نامہ سن کر مہارانی نے ماں جی کو بلا کر خوشخبری سنائی کہ مہاراج نے گورنری کو دیس نکالا دے دیا ہے۔

"اب تم دودھوں نہاؤ، پوتوں پھلو"۔ مہارانی نے کہا "کبھی ہمارے لئے بھی دعا کرنا۔"

مہاراجہ اور مہارانی کی کوئی اولاد نہ تھی۔ اس لئے وہ اکثر ماں جی سے دعا کی فرمائش کرتے تھے۔

اولاد کے معاملے میں ماں جی کیا واقعی خوش نصیب تھیں؟ یہ ایک ایسا



سوالیہ نشان ہے جس کا جواب آسانی سے نہیں سوچتا۔ ماں جی خود ہی تو کہا کرتی تھیں کہ ان جیسی خوش نصیب ماں دنیا میں کم ہی ہوتی ہے لیکن اگر ممبر و شکر تسلیم و رضا کی عینک اتار کر دیکھا جائے تو اس خوش نصیب کے پردے میں کتنے دکھ، کتنے غم، کتنے صدمے نظر آتے ہیں۔

اللہ میاں نے ماں جی کو تین بیٹیاں اور تین بیٹے عطا کئے۔ دو بیٹیاں شادی کے کچھ عرصہ بعد یکے بعد دیگرے فوت ہو گئیں۔ سب سے بڑا بیٹا عین عالم شباب میں انگلستان جا کر گزر گیا۔ کہنے کو تو ماں جی نے کہہ دیا کہ اللہ کا مال تھا اللہ نے لے لیا لیکن کیا وہ اکیلے میں چھپ چھپ کر خون کے آنسو رویا نہ کرتی ہوں گی!

جب عبداللہ صاحب کا انتقال ہوا تو ان کی عمر بائیس سال اور ماں جی کی عمر پچیس سال تھی۔ سہ پہر کا وقت تھا۔ عبداللہ صاحب بان کی کھردری چارپائی پر حسب معمول گاؤں تک لگا کر نیم دراز تھے۔ ماں جی پائنتی

چٹنی چاقو سے گنا چھیل چھیل کر ان کو دے رہی تھیں۔ وہ مزے مزے سے گنا چوس رہے تھے اور غنا کر رہے تھے۔ پھر یکا یک سنجیدہ ہو گئے اور کہنے لگے "بھاگوان شادی سے پہلے میلے میں نے تمہیں گیارہ پیسے دیئے تھے کیا ان کو واپس کرنے کا وقت نہیں آیا؟"

ماں جی نے نئی دہنوں کی طرح سر جھکالیا اور گنا چھیلنے میں مصروف ہو گئیں۔ ان کے سینے میں بیک وقت بہت خیال ادا آئے۔ "ابھی وقت کہاں آیا ہے۔ سرتاج شادی کے پہلے گیارہ پیسوں کی تو بڑی بات ہے لیکن شادی کے بعد جس طرح تم نے میرے ساتھ نباہ کیا ہے اس پر میں نے تمہارے پاؤں دھو کر پیئے ہیں۔ اپنی کھال کی جوتیاں تمہیں پہنائی ہیں۔ ابھی وقت کہاں آیا ہے میرے سرتاج۔"

لیکن قضا و قدر کے بھی کھاتے ہیں وقت آچکا تھا۔ جب ماں جی نے سرائٹھایا تو عبداللہ صاحب گئے کی قاش منہ میں لئے گاؤں تک پہنچے تھے۔ ماں جی نے سمجھنا بلایا، چکارا لیکن عبداللہ صاحب ایسی نیند سو گئے تھے جس سے بیداری قیامت سے پہلے ممکن ہی نہیں۔

ماں جی نے اپنے باقی ماندہ دو بیٹیوں اور ایک بیٹی کو سینے سے لگا کر تلقین کی "بچہ رونامست۔ تمہارے ابا جی جس آرام سے سو رہے تھے اسی آرام سے چلے گئے۔ اب رونامست۔ ان کی روح کو تکلیف پہنچے گی۔"

کہنے کو تو ماں جی نے کہہ دیا کہ اپنے ابا کی یاد میں نہ رونا، ورنہ ان کو تکلیف پہنچے گی لیکن کیا وہ خود چوری چھپے اس خاندان کی یاد میں نہ روئی ہوگی جس نے بائیس سال کی عمر تک انہیں ایک الہر دہن سمجھا اور جس نے گورنری کے علاوہ اور کوئی سوکن اس کے سر پر لا کر نہیں بٹھائی۔

جب وہ خود چل دیں تو اپنے بچوں کے لئے ایک سوالیہ نشان چھوڑ گئیں جو قیامت تک انہیں عقیدت کے بیابان میں سرگرداں رکھے گا۔

اگر ماں جی کے نام پر خیرات کی جائے تو گیارہ پیسے سے زیادہ امت نہیں ہوتی لیکن مسجد کا ملا پریشان ہے کہ بجلی کا ریٹ بڑھ گیا ہے اور تیل کی قیمت گراں ہو گئی ہے۔

ماں جی کے نام پر فاتحہ دئی جائے تو کئی کی روٹی اور نمک مرچ کی چٹنی سامنے آتی ہے لیکن کھانے والا درویش کہتا ہے کہ فاتحہ درود میں پلاؤ اور درود کا اہتمام لازم ہے۔

ماں جی کا نام آج پہلے تو بے اعتباری روئے کو جی چاہتا ہے لیکن اگر رویا جائے تو ڈر لگتا ہے کہ ان کی روح کو تکلیف نہ پہنچے اور اگر ضبط کیا جائے تو خدا کی قسم ضبط نہیں ہوتا۔

REVIEWS BOOKS

اشاریہ جہانِ حمد

مصنف: ڈاکٹر محمد سمیل شفیق

صفحات: 351

قیمت: درج نہیں

ناشر: جہانِ حمد پبلی کیشنز اردو بازار، کراچی

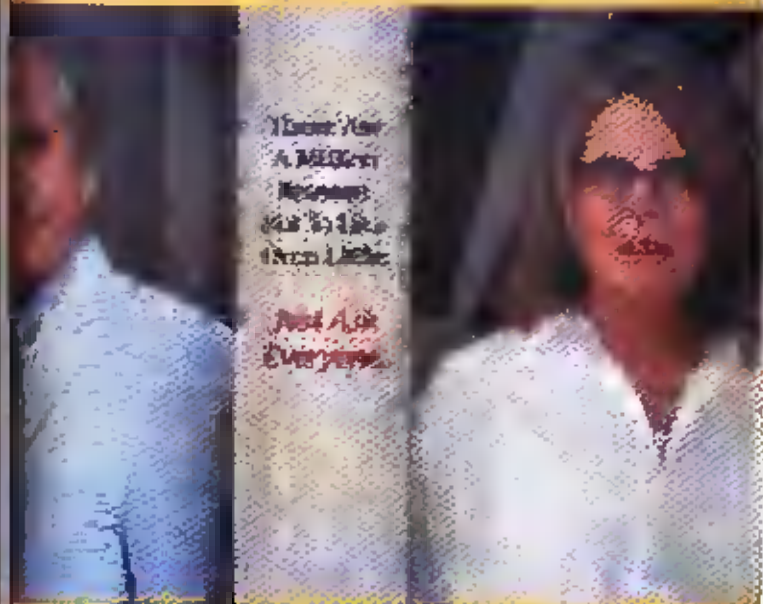
خلاصہ قرآن

مصنف: میجر (ر) سید ذوالفقار حسین شاہ

صفحات: 280

ہدایہ: 400 روپے

تعلیم القرآن اکیڈمی، مکان 1630 اسٹریٹ 44
سیکر 9/1 اسلام آباد، پاکستان



ڈائریکٹر:

کاسٹ: رائیٹنگ ڈیپارٹمنٹ، ڈیپارٹمنٹ اور اسٹریٹنگ جیو

جن شائقین نے بہت دن ہو گئے تھے کوئی ہالی وڈ سوڈی رومانس،
کامیڈی اور ڈرامے سے بھرپور نہیں دیکھیں وہ تو یقیناً اس خبر سے خوش
ہو جائیں گے کہ ان کے ہمارے شہر کے بہترین سینما گھروں میں مائیکل
ڈکلس کی رومانوی فلم نمائش ہونے والی ہے۔ اس فلم کو لے کر پروڈیوسرز
ایٹن گریز مین اور مارک ڈیکس تو بہت ہی پر جوش دکھائی دے رہے ہیں۔
ایک دفعہ پھر ناظرین آسکر ایوارڈ یافتہ اداکار مائیکل ڈکلس کی نئی رومانٹک
فلم دیکھیں گے جس کی کہانی ایک پراپرٹی ڈیولپر کے روزنامے سے متعلق
ہے جسے اچانک اپنی پوتی مل جاتی ہے۔ اس شخص خداوندی کو بھی منی جان
کو یہاں دیکھ کر غصہ کیسے پالتا ہے اور کس طرح پروسی قانون اس کی مدد کرتی
ہے۔ چھوٹی چھوٹی پکیشنز میں بھرپور رومانس اور کامیڈی ڈرامے کی
جھلکیاں دیکھنے کو ملتی ہیں۔ یہ فلم ایڈسوانٹ گوز اسٹریٹمنٹ کے تحت جولائی
میں دنیا بھر کے سینما گھروں کی زینت بنے گی۔

یہ اردو زبان میں حمدیہ ادب پر دینی، علمی اور ادبی حوالے سے ایک اہم اور
قابل قدر کتابی سلسلہ ہے۔ 1998ء سے تاحال جہانِ حمد کے 19 شمارے
شائع ہو چکے ہیں۔ پیش نظر کتاب اسی سلسلے کا جامع اشاریہ ہے جسے اشاریہ
سازی کے حوالے سے قابل ذکر شہرت کے حامل پروفیسر ڈاکٹر محمد سمیل شفیق
نے مرتب کیا ہے۔ بلاشبہ یہ ایک محنت طلب اور دیدہ زیبی کا کام تھا جسے
انہوں نے نہایت سلیقے اور احسن طریقے سے مکمل کیا ہے۔ اشاریے کی
ترتیب سے اہل علم، بالخصوص ریسرچ اسکالرز حضرات جہانِ حمد کے
مندرجات سے استفادہ کر سکیں گے۔ یہ ایک علمی اور تاریخی دستاویز کے
طور پر حمدیہ ادب پر کام کرنے والوں کے لئے ایک راہ نما اشاریہ ہے۔

اس انتخاب میں قرآن مجید کے 30 پاروں کے اہم مضامین کا ترجمہ تفسیر شامل کیا
گیا ہے۔ میجر (ر) سید ذوالفقار حسین شاہ کے تعارف میں درج ہے کہ کچھ
عرصہ کراچی میں وکالت کرنے کے بعد 67 میں انہیں پاک فوج کی آرمی سروس
کے بعد ان کی ایک تصنیف، سیکرٹری اینڈ ڈیزائنر منجمنٹ، قانونی و صحافتی
حلقوں میں بہت سراہی گئی۔ اس کے علاوہ مترجم و ترجمان کے نام سے ان کا شعری
مجموعہ بھی منظر عام پر آ چکا ہے۔ گزشتہ کئی برسوں سے قرآن کا مطالعہ کرتے رہنے
کے بعد انہوں نے اسلام آباد میں تعلیم القرآن اکیڈمی قائم کی جس کے تحت
خلاصہ قرآن شائع کیا جو عنوانات اور ذیلی عنوانات پر مشتمل ہے۔ میجر صاحب
نے عام قاری کی معلومات اور دلچسپی کے لئے حسب ضرورت مختصر تفسیر اور سن بھی
شائع کئے ہیں، بلاشبہ قرآن پاک محض طاقتوں میں جاننے کے لئے نہیں بھیجا گیا
بلکہ یہ تو حید کی پہچان اللہ کی بندگی، رسالت اور برائی سے بچنے کا درس دیتا ہے۔
بہت جلد خلاصہ قرآن کا انگریزی ترجمہ بہت جلد پیش کیا جائے گا۔



DRAMA

MO

ماسٹر شیف پاکستان

جز: شیف محبوب، شیف ذاکر اور خرم اعوان
پیشکش: اردو

عفت

ڈائریکٹر: فاروق سمیرا
پیشکش: چہکھانی

ڈانڈا فوڈسٹان کی کامیابی کے بعد معروف چینل اردو-1 پیش کر رہا ہے ماسٹر شیف پاکستان جسے مقامی اور بین الاقوامی سطح پر خاصی پذیرائی ملی ہے۔ پاکستانی شیف محبوب اور ذاکر سے تو ناظرین کی بڑی تعداد واقف ہے ہی تاہم کراچی کے معروف ہوٹل شیف خرم اعوان صاحب کی ذاتی دلچسپی، ذائقے کی حس اور پکانے کے ماہر کی تجرباتی اور علمی قابلیت سے یہ پروگرام بہترین پیشکش ثابت ہوا ہے۔ شروع میں ناظرین اس پروگرام سے امیدیں وابستہ نہیں کر رہے تھے لیکن جوں جوں پروگرام کی اقسام آگے بڑھ رہی ہیں پروگرام کی جاذبیت اور کھانوں کی پرکھ کا یہ سوازد کسی بھی اچھے مقابلے کے پروگرام کے ساتھ کیا جاسکتا ہے۔ توقع ہے کہ اس پروگرام سے کئی اچھے پکانے والے حضرات و خواتین منظر عام پر آئیں گے۔ ایسے پروگرام صحت مند تفریح اور مستند معلومات پر مبنی ہوتے ہیں۔ انہیں جاری رہنا چاہئے۔

ترکی زبان کے سوپ اوپیرا ہمارے ڈراما سٹری میں اپنی ٹھیک ٹھاک جگہ بنا چکے ہیں۔ شروع شروع میں ایسا تاثر دیا جا رہا تھا جیسے ہماری ڈراما سٹری ان غیر ملکی سیریلز کی ثقافتی یلغار میں بری طرح مات کھانے کی اور فنکاروں میں اس کا رد عمل بھی ہوا لیکن ہم نے دیکھ لیا کہ یہ شخص ایک تبدیلی کا رجحان تھا۔ عشق ممنوع نے جتنی مقبولیت سمیٹی، میرا سلطان اسی قدر زیر بحث نہیں رہی اس سیریل کے بعد کم و بیش ہر چینل نے ایک یا دو ترکی پروڈکشن دکھائیں مثلاً عفت بھی انہی میں سے ایک ہے جو ترکی کے ایک گھرانے کی اندرونی جذباتی چیخ و پند کو واضح کر رہی ہے۔ ٹکونی رشتوں مثلاً بیوی اور محبوبہ کے مابین نفرت اور احتجاج کا منظر یہاں بھی دیکھنے والوں کو افسردہ کر رہا ہے۔ یہ کہانی ایک باپ کی بھی ہے جو اپنی بیٹیوں کو اپنے انداز سے پروان چڑھانا چاہتا ہے مگر بیٹیاں اسے ظلم اور یاد کھتی ہیں۔ یہ بیٹیاں روایتی طور فکر سے بہت کراچی پہچان کرانا چاہتی ہیں لیکن بھانوت کے اس عمل میں وہ سوتن بننے کے لئے کیسے تیار ہوئیں اور عشق، جنوں، دیوانگی کے ان مرحلوں میں سطحیت کہاں سے آئی یہ سب دیکھنے کے لئے میری کتب عفت، سیریل دیکھنا چاہئے۔

Mah-e-Meen



ڈائریکٹر: انجم شہزاد
کاسٹ: ایمان علی، فہد مصطفیٰ، منعم سعید، نیمان کول، علی خان

جن جن ناظرین نے اس فلم کا پروڈیو کیا ہے وہ انہیں پروان کر رہے ہیں کہ یہ فلم آخر کب ریلیز ہوگی۔ پاکستان میں ٹیلی ویژن سوجھ بوجھ والے ہنر کار اور فنکاروں نے کمرشل فلمیں بنانے کا بیڑا اٹھالیا ہے۔ چند برس سے وہ بے چارے پانچ فلمیں ڈھنگ کی بنی ہیں اور توقع ہو چکی ہے کہ آئندہ بین الاقوامی سینما اور سیریل کارڈوں میں ہی فلم بنیں گے۔ خاص طور پر دیکھنے میں کامیاب رہیں گے۔ سرنے نے سینما کو سیریل کی طرح سمجھا اور اس سیریل کے سر اور منہ سے اپنے فلم بینوں کو متعارف کرا دیا ہے۔ اس فلم کے ڈائلاگ، کرداروں کی اداکاری اور موسیقی کے استعمال کو فارمولا نہیں کہا جاسکتا۔ خاص کر سینما نوگرانی کمانی کی یہ یقیناً جب آپ آپ، آرٹ اور فلم کے کرداروں کی شخصیتوں کو سمجھنے کے قواعد کا انجم شہزاد نے قلمی لگاؤ بھی محسوس کریں گے۔ اصل یہی تو ہے وہ کامیابی کا راز کہ کہانی، فارم، رفتار اور فلسفہ سازی کا آرٹ بیک وقت کی فلم بنیوں سے گہرا تعلق ثابت کر دے۔ اگر اس پاکستانی فلم کو دیکھ کر آپ کو سیریل جیت دے اور شیاں مینکل یاد آ جائیں تو انہیں لکھتے کہ سرزد بھی قلمی طور پر ہی لکھتے۔ فکر سے تعلق رکھتے ہیں، فلم کے پردے پر انسان کی حسیات کو فلم کے سیریل سے ظاہر کرتے ہیں۔



سٹارون کی محل

سرطان



☆ سیارہ چاند یعنی قمر

☆ موافق رنگ سفید

☆ 8,9

☆ موافق پتھر موتی

22 جون تا 23 جولائی کے دوران پیدا ہونے والے لوگ برج سرطان سے تعلق رکھتے ہیں۔ اس ماہ میں پیدا ہونے والے بڑے ذہین ہوتے ہیں اور جس معاملے میں باریک بینی اور نکتہ زسی کی ضرورت ہو وہاں سب پر بازی لے جاتے ہیں۔ موقع شناس اور جوتوڑ میں بڑے ماہر ہوتے ہیں۔ اپنے مزاج، گفتگو اور تقریر کے کمال سے دوسروں کو بہت متاثر کرتے ہیں مگر دیر پا اثر نہیں چھوڑتے۔ یہ لوگ نکتہ چینی سے بہت گھبراتے ہیں۔ جذباتی ہوتے ہیں لیکن دوسروں کے مسائل پر ان کا رویہ زیادہ ہمدردانہ نہیں ہوتا۔

دفتری اور گھریلو مصروفیات بڑھیں گی اور توازن رکھنا مشکل ہوگا۔ شرارتی کاروبار میں کسی پر بھروسہ نقصان دہ ثابت ہو سکتا ہے۔ صحت کا خاص خیال رکھیں۔ پیر اور سر کی چوٹ کا اندیشہ ہے۔ شادی شدہ خواتین کی مصروفیات بڑھیں گی۔ کوئی پرانا تعلق دوبارہ بحال ہوگا کسی پرانے دوست کی رفاقت مفید ثابت ہوگی۔ اخراجات زیادہ اور آمدنی محدود رہے گی۔



آپ اچھے خاصے دوران پیش اور معاملہ فہم شخصیت کے مالک ہیں اسی طرح میزان عورت بھی بہترین ماں اور وفادار دوست ہوتی ہے تاہم اب اعصابی امراض کا خطرہ ہے۔ ایسے میزان افراد جو سفارتی اداروں، تجارت، موسیقی، قلم کاری اور کالٹ کے پیشے سے منسلک افراد اپنے اپنے شعبے میں کامیابیاں سمیٹنے کے لئے تیار ہو جائیں۔ صدقہ، خیرات اور زکوٰۃ کی ادائیگی اطمینان اور روحانی خوشی کا باعث بنے گی۔



کوئی راز افشا ہونے کا خطرہ ہے۔ کوئی دوست یا قریبی عزیز شرارت کر سکتا ہے اور گھر کا سکون برباد کرنے سے بچانے کی فکر کیجئے۔ ازدواجی تعلقات کو معاملہ بھی سے بھاڑیں۔ خواتین شاپنگ کرنے سے گریز کریں یا پھر ٹرانک کی حادثے سے بچنے کی کوشش کریں۔ سہجر کے روز درمیشن ہو سکتا ہے مگر شام کے وقت تک موڈ اور صحت بحال ہو جائیں گے۔



آپ تو ہیں ہی انتہا پسند اور جذباتی اس لئے اس ماہ لوگوں کی مخالفت مول لے لیں گے۔ عقرب خاتین کی گھر بلیا امور خاں کرکھانے پکانے میں دلچسپی رہے گی۔ اس ماہ روحانی صلاحیتیں بڑھنے کا امکان ہے۔ صاف کوئی خطرہ یا باعث بن سکتی ہے۔ معاشرت نہ بنانے سے مسائل میں اضافہ ہو سکتا ہے مگر پہلے صحت کا خیال رکھئے۔ جوڑوں کا درمیانے کی بیماریاں یا زلزلہ کا مکی بیماریاں لاحق ہو سکتی ہیں۔



قرض کی پریشانی رفتہ رفتہ دور ہو جائے گی۔ دفتری سیاست سے دور رہنے کی کوشش کیجئے۔ ممکن ہے کہ خاندان کا کوئی فرد بیمار پڑے اور آپ کو متعدد بار عیادت کے لئے جانا پڑے۔ ماں بیٹے والی خواتین اس ماہ خاص احتیاط کریں۔ شرارتی کاروبار قطع دے سکتا ہے۔ سماجی حیثیت میں بہتری آ رہی ہے۔ خیال رکھیں کہ غریب رشتے داروں سے شکریہ ادا روینہ رکھا جائے۔



آپ نڈر اور ارادے کے پکے ہیں۔ آپ کے فیصلے بھی اہل ہوتے ہیں ایسا ہی کوئی مسئلہ آڑے آ رہا ہے اسے بھی خوش اسلوبی سے سلجھالیں گے۔ اس ماہ طب، قانون اور انجینئرنگ کے شعبے سے متعلق افراد کو کامیابی اور شہرت ملنے کا امکان ہے۔ نیکی کے کاموں میں دلچسپی بڑھے گی اور قوس خواتین کی دلچسپی کاروباری امور میں بڑھے گی خانگی معاملات میں نہیں۔



گھر کو سنبھالنے سنبھالنے کی جانب توجہ رہے گی۔ بیرونی سرگرمیوں میں اضافہ ہو رہا ہے۔ اگر سرطان خواتین غیر شادی شدہ ہیں تو اس ماہ رشتے کی بات چیت آگے بڑھنے کا امکان ہے۔ جلد بچپنوں اور نظام ہائیم سے متعلق صحت کا خاص خیال رکھئے۔ آپ کی مجبوری یہ ہے کہ کتنا ہی روینہ جمع کریں خود کو غیر محفوظ ہی سمجھتے ہیں۔ اگر سکون حاصل ہو اس عادت میں تبدیلی لائیں۔



اچھی دینی صلاحیتوں کی وجہ سے کاروباری اور سرکاری عہدوں پر کام کرنے والے افراد کامیاب رہیں گے۔ گوکہ مزاج کے لحاظ سے سستی اور کم کوئی آپ کی شخصیت کا حصہ بن چکی ہے تاہم آپ کی انتظامی صلاحیتیں اس ماہ بھی عروج پر ہیں کی اخراجات آمدنی کے مقابلے میں کچھ زیادہ ہوں گے۔ معدے اور ہاضمے کی شکایتوں کا امکان نظر آ رہا ہے۔ غیر شادی شدہ افراد کی شادی کے آثار پیدا ہو رہے ہیں۔



اسد افراد غیر تعمیر پذیر صفت رکھتے ہیں وہ آسانی سے جدیلیوں کو بھی پسند نہیں کرتے۔ اس ماہ حکم کرنے کا جذبہ غالب رہے گا آپ کی قوت ارادی بہت قوی ہے۔ اس ماہ چند ایک الجھنوں کے باوجود آپ ہنستے کھیلتے رہیں گے۔ خوش مزاجی کی وجہ سے دوستوں کے حلقے میں مقبول بھی رہیں گے۔ جائیداد کا مسئلہ جن اسدی افراد کو لاحق ہے خوش ہو جائیں کہ یہ حل ہوا ہی چاہتا ہے۔



آپ کی سوچ کا کیوں بہت وسیع ہوتا ہے اس ماہ بھی آپ انسانیت کی بھلائی کے لئے زیادہ اور اپنے لئے کم سوچیں گے۔ شادی کے معاملے میں جلت کا مظاہرہ ٹھیک نہیں ہوگا۔ نئے دوست نہیں گے۔ نئے چیلنج سامنے آئیں گے۔ آپ اپنی ہمت اور صلاحیت سے بہت سی الجھنوں پر قابو پالیں گے۔ دلو خاتین بظاہر تو خوبصورت اور سن مٹتی ہوتی ہیں مگر سیرت میں بھی باکمال ہوتی ہیں۔



عام طور پر آپ کامیاب ہی ہوتے ہیں کیونکہ آپ خاصے ذہین ہیں۔ نئے دوست نہیں گے پرانے بھی ساتھ رہیں گے۔ بچت کی عادت مزید پختہ ہوگی اور آپ اخراجات پر قابو پالیں گے۔ سنبھل عورت بہت اچھی بیوی ہوتی ہے اس ماہ بھی یہ شوہر کی مددگار ثابت ہوں گی۔ بچوں کے امتحانات میں کامیاب ہونے کے امکان ظاہر ہو رہے ہیں۔ سنبھل عورت اور جدی مزاج لائف پارٹنر ثابت ہوتے ہیں۔



خوش ہو جائیں جنہاں ختم ہونے کو ہے اس ماہ بھی خیراتی اور خیراتی صلاحیتوں میں اضافہ ہوگا۔ رے کے ہونے کام غیب سے عجیب کو انچسپس گئے۔ فنون لطیفہ سرکاری ملازمت اور مذہبی امور سے متعلقہ شخصیات کے لئے ایک خوشگوار اور جرت آئیز مہینہ ہے۔ جدلی اور خجالی سے اپنی کار پر عمل کیا تو شہرت اور کامیابی آپ کے قدم چوم سکتی ہے۔ طبیعت روحانیت کی جانب بھی مائل رہے گی چنانچہ صدقہ و خیرات سے گریز نہ کیجئے۔

